



**БЕСПЛАТНО**

# Emigrant

life hellas

БЕСПЛАТНАЯ ГАЗЕТА НА РУССКОМ И ГРЕЧЕСКОМ ЯЗЫКАХ

2011/№05



## СКАЗКА-ЭТО СЕРЬЕЗНО

Универсальные коды судьбы  
стр.11

## НОВОГОДНЯЯ ЕЛКА ГАЗЕТЫ EMIGRANT



стр.8-9

**ΕΟΝΙΚΗ**  
Η ΠΡΟΤΗ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΗ

стр.7

## ЗАБОТИТЬСЯ О БУДУЩЕМ ЖИТЬ НАСТОЯЩИМ

Страхуются затем, чтобы жить

## НОВОГОДНЯЯ ЯРМАРКА ГАЗЕТЫ EMIGRANT



стр.8-9



## ШКОЛА ЭФФЕКТИВНЫХ ЛИДЕРОВ

стр.6

Формула успеха

## КРАТКИЙ СПРАВОЧНИК ЭМИГРАНТА

стр.14

Полезная информация

## КОНКУРС ФОТОГРАФИИ «РУССКИЕ В ГРЕЦИИ»

стр.5



World YWCA

стр.14

## ХЕН ПИРЕЯ

Занятия в филиале всемирной женской организации

## ДЕПОРТАЦИЯ

Ответ специалиста на объявления о снятии депортации и выводе из компьютера



стр.3



## ДЕНЕЖНЫЕ ПЕРЕВОДЫ ПО ВСЕМУ МИРУ

♦ Афины: Омония ♦ ул.Пиреос, 1 (2ой этаж)  
под аркой здания ♦ тел: 210 32 19 204  
♦ Афины: ул. 3 Сентября, 11 (8ой этаж)  
тел: 211 72 52 296, 693 87 02 696

легко!  
быстро!



надёжно!





Дорогие наши друзья рады вас приветствовать в нашем очередном выпуске!



**Алина Ромашенко**  
Главный редактор

Прошу обратить ваше внимание на **новую рубрику в газете на 14-й стр.** По вашим пожеланиям мы составили краткий справочник эмигранта в котором опубликованы адреса и телефоны магазинов, ресторанов, предприятий, врачей, адвокатов, бухгалтеров, страховых агентов, компаний, парикмахерских и т.д.

А на стр.3 в рубрике «Дружим с законом» **вы можете задать любой волнующий вас вопрос, на который вам ответят наши опытные адвокаты.**

Что касается отдыха и развлечений, **наша газета приглашает вас, милые женщины, отпраздновать вместе с нами международный женский день 8 марта.**

А также вы можете обратиться в общество и получить **абсолютно бесплатную консультацию опытного визажиста – стилиста**, чтобы выглядеть безупречно в любое время и в любой обстановке.

Пишите нам, звоните и просто приходите - будем рады.

**Налоги и Бухгалтерский учёт**  
**СИФАКИС**

**Михалис Сифакис**  
моб.: 6972 80 10 40



28го Октября 28, Нэа Иония - индекс 142 31  
тел.: 210 27 59 595, 210 27 90 096 - fax: 210 27 92 350  
http://www.sifakis01.gr - e-mail: info@sifakis01.gr

## ГАЗЕТА РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ

**АФИНЫ:** АКРОПОЛЬ-ДЬЯКУ,1& МАКРИЯНИ-2117156616  
ШУБНЫЙ МАГАЗИН

• МИХ.ВОДА, 102-2108819865  
ЯСНО СОЛНЫШКО

• АХАРНОН,94 2108238208  
СЛАВЯНКА

**ОМОНИЯ:** ВУЛГА-РИ,17 -210-5233205-NOUGZARI TOURS

• ПИРЕОС,16-18 (1 ЭТ.)  
2105229445-ЕРГО5

• КАНИНГОС,8-2103827500  
РЕСТОРАН РОМАНТИК

**ПЛАКА:** ПАНДРОССУ,18-2103246660- ШУБНЫЙ МАГАЗИН

**ПЛ. ВИКТОРИАС:**

УЛ. ЭЛПИДОС,3-2108654334  
РЕСТОРАН КНЯЖИЙ ДВОР

**КАЛИФЕЯ:** ДИМОСФЕНУС,69-2109594810-TIBER KAFE

• ДИМОСФЕНУС, 221-2109537280-ПОДАРКИ

• ИРАКЛЕУС,110-А-2109568348  
МИНИ МАРКЕТ

• ЭЛ.ВЕНИЗЕЛУ,220-2109419883  
СУПЕР МАРКЕТ «МОСКВА»

• ЛИКУРГУ,220-2109595091  
АПТЕКА

**ПАЛЕО ФАЛИРО:** ЭОЛУ,44-А  
210-9844545-BEAUTY SALON

**ГЛИФАДА:** ВАС.ОЛЬГАС,3-2109631405-ПАРИКМАХЕРСКАЯ

«PRESTIGE»

**ПИРЕА:** ИРООН ПОЛИТЕХНИУ,82  
2104811377

**АГ.ЯНИС РЕНДИС**  
УЛ.ФЛЕМИНГ,16-Д-ГАСТРОНОМ  
«ГУРМАН»

• МИНИМАРКЕТ«КАТЮША»

**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ:**

ОЛИМПИУ ГЕОРГАКН, 8  
2310-016991-ГАЗЕТА «БРИЗ»

• ΦΙΛΙΠΠΟΥ,17-2310226225-  
NOUGZARI TOURS

**ПИРГОС ИЛИАС:**

Т.ПЕТРОПУЛУ, 35-  
2621025631-МИНИ МАРКЕТ

**КАЛАМАТА:** ПСАРОН,50-  
2721025901-МИНИ МАРКЕТ

**АНО ЛЁСЬЯ:** ЭГЕУ ПЕЛАГУС,70-  
2102480163-ГАСТРОНОМ

**КАРДИЦА:** ПАЛАС ТЕМПОН,6  
2444023856

**СИРОС:** ПИРУ,26 МИНИ МАРКЕТ  
2281085119

**КРИТ: ИРАКЛИО,** ЛАХАНА,4-  
2810343861 ТРУДОУСТРОЙСТВО

**ЛУТРАКИ:** П. ЦАЛДАРИ,4  
МИНИ МАРКЕТ «АРБАТ»

2744061655

**ЛАРИСА:** ИРООН ПОЛИТЕХНИУ  
15-2410628271-МИНИ МАРКЕТ

**КСАНТИ:** АГ. ЕЛЕВТЕРИУ,13-  
2541300487-МИНИ МАРКЕТ

**ПАТРА:** КОРИНФУ 346-  
2610346439-МИНИ МАРКЕТ

### ВНИМАНИЕ!

Для членов русско-греческого общества «EMIGRANT» **Льготное страхование АВТОМОБИЛЕЙ** в Национальной страховой компании (Εθνική Ασφαλιστική) со скидкой 15-20% в зависимости от выбранного пакета!



тел. 693 8702696, 211 7252296

## ГАЗЕТА EMIGRANT

- ♦ Оформим и разместим **вашу рекламу.**
- ♦ Поместим ваше **бесплатное объявление.**
- ♦ Оформим **подписку** на нашу газету.
- ♦ Открыли **информационный центр** для обмена информацией о коммерческой деятельности между русскоговорящими и греками. А также для поддержки и развития вашего бизнеса.
- ♦ Делаем доступными **консультации бухгалтера и адвоката.**
- ♦ Обеспечили договор с Национальной Страховой Компанией Греции (Εθνική Ασφαλιστική) **о скидке до 15% при страховании машин.**
- ♦ Предоставляем самый выгодный путь **перевода денег** во все страны мира.
- ♦ Предоставляем **бесплатные консультации** ведущих специалистов России в области **медицины.**

**ИЩЕМ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ И ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ**



### ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ КОММЕРЧЕСКИЕ И НЕКОММЕРЧЕСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ EMIGRANT ОТКРЫТА ДЛЯ ВСЕХ С 11 ДО 16, ВЫХОДНОЙ - ВОСКРЕСЕНЬЕ

**Emigrant**  
life hellas

**Издатель**  
РУССКО-ГРЕЧЕСКОЕ  
ОБЩЕСТВО «EMIGRANT»  
**Главный редактор**  
АЛИНА РОМАШЕНКО  
**Редакция**  
ИВАНОВА ОЛЬГА

ВАСИЛИС КОНДУРИС  
АНЖЕЛИКА АПЕРЧОЙ

**Art-Design**  
**Компьютерная верстка**  
АНЖЕЛИКА АПЕРЧОЙ  
an-aper@hotmail.com

**Отдел рекламы**  
РОМАШЕНКО АЛИНА  
АНЖЕЛИКА АПЕРЧОЙ

**Ежемесячная бесплатная газета на русском и греческом языках «EMIGRANT-life Hellas»**

Омония, 10432 Афины  
ул.3 Сентября,11 (8 эт.)  
тел.: +30 211 72 52 296  
+30 211 72 52 300  
fax: +30 211 72 52 296  
моб.: +30 697 68 40 403

e-mail: emigrant-life@rambler.ru  
[www.emigrant-life.gr](http://www.emigrant-life.gr)

**ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ**  
**702/756179-29**

**ALPHA BANK**  
**137-002101-217433**

Редакция не несет юридической, финансовой и иной ответственности за содержание рекламных объявлений.

**Emigrant**  
life hellas

**ЗАПОЛНИТЕ ЗАЯВКУ НА ПОДПИСКУ И НАША ГАЗЕТА БУДЕТ ПРИХОДИТЬ К ВАМ НА ДОМ!**

Все пункты должны быть заполнены в обязательном порядке на греческом языке  
Так же вы можете послать заявку на нашу эл. почту:  
e-mail: emigrant-life@rambler.ru

Ф.И.

АДРЕС

ПОЧТ. ИНДЕКС

ТЕЛЕФОН (дом. / моб.)



дружим с законом

# ДЕПОРТАЦИЯ

**В последнее время нас часто спрашивают об объявлениях в газетах и интернете о снятии депортации, выводе из компьютера и тому подобных услугах. Так давайте, чтобы нашего читателя не вводили в заблуждения, разберёмся, кто и что имеет в виду, печатая подобные объявления.**

Существуют два списка. Первый - это список лиц, нежелательных для посещения Греции, по гречески сокращённо **ΕΚΑΝΑ** - эфникос каталогос ανεπιφίμιτον αλλοδαπών. И второй - это список лиц, нежелательных для посещения стран участниц шенгенского договора, сокращённо по гречески **ΣΠΣ** - система πλιροφοριες шенген. Попасть в эти списки можно по разным причинам. Депортация может служить одной из причин. В зависимости от того, какая у Вас депортация - административная или судебная, зависит и срок внесения Вас в списки **ΕΚΑΝΑ** или **ΣΠΣ**. **Административная депортация** - это, когда Вы просто шли по улице, у Вас проверили документы, и за неимением таковых, Вас принудительно выставили из страны, а в виде наказания за нелегальное пребывание в стране, Вас внесли в эти списки сроком на пять лет. В случае, если Вы с просроченной визой покидаете страну по своей инициативе, и на паспортном контроле, имея на руках билет на вылет - платите штраф за нелегальное пребывание в стране. В этом случае Вас не вносят ни в какие списки, и не ставят штамп о депортации. А по приезду на родину Вы снова имеете право обратиться в консульство для получения новой визы.

**Судебная депортация** - это когда Вы покидаете страну по решению суда, за какое-то уголовное преступление (подделка документов, торговля наркотиками, нелегальная работа в стриптиз-баре, кража и т.д.) Здесь срок нахождения в списках устанавливает суд. А решение о досрочном выведении из списков **ΕΚΑΝΑ-ΣΠΣ** в случае судебной депортации

принимает министерство юстиции.

Иногда в эти списки попадают люди которые уже покинули страну, а правонарушения обнаружили уже после их отъезда. Отмывание денег, банковские махинации, мошенничество, использование поддельных документов и т.д. Даже если против данных лиц не было возбуждено уголовное дело, но министерство защиты граждан (ипуργιο προστασίας τυ πολιτι) посчитало их опасными для общественного порядка, все равно эти лица попадают в **ΕΚΑΝΑ** или **ΣΠΣ**.

Курирует, или как проще, производит независимые проверки о правомочии внесения в списки **ΕΚΑΝΑ** или **ΣΠΣ** служба по защите данных личного характера (арχι προστασίας δεδομενων προσωπιку χαρακτιρα). Которая, как вышестоящий орган, после детального изучения греческого законодательства, со всеми поправками и добавлениями приняла **следующие критерии:**

- а)** Внесение иностранца третьей страны в списки **ΕΚΑΝΑ** не означает того, что иностранец автоматически вносится и в списки **ΣΠΣ**.
- б)** Внесение в списки **ΣΠΣ** происходит только на основании статьи 96 согласно договору о исполнении шенгенского соглашения.
- в)** Судебная или административная депортация согласно национальному законодательству о въезде и проживании граждан третьих стран на территории Греции оправдывает внесение иностранца в списки **ΕΚΑΝΑ** или **ΣΠΣ**.
- г)** Осуждение иностранца национальным судом за правонарушение, за которое предусматривается наказание как минимум 1 один год лишения свободы, рекомендуется как причина для вне-



**ЛИЦА СКАРЦАТУ**  
АДВОКАТ ПО УГОЛОВНЫМ ДЕЛАМ  
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПЕРЕВОДЧИК  
С РУССКОГО ЯЗЫКА  
В ПРОКУРАТУРЕ Г. АФИНЫ

тел.: 210 5224 905  
fax: 210 5224 978  
mob.: 693 8555143  
699 3225586

р.н.25158, офис: Делийорги 21,  
Афины, 104 37  
e-mail: skartsatou@yahoo.gr

сения в списки **ΣΠΣ**.

**д)** Подозрения или указания на то, что иностранец совершил или готовит к совершению преступления, в наказание за которое предусмотрено как минимум 1 год лишения свободы, оправдывают его внесение в списки **ΣΠΣ** в том случае, если его действия составляют опасность для национального порядка и безопасности.

**е)** Административная депортация, по причине, указанной в параграфе 76, пункт 1 закона 3386/2005, а также по причине того, что нахождение конкретного иностранца является оправданно опасным для общественной безопасности и порядка, оправдывает внесение его в списки **ΕΚΑΝΑ**.

**ж)** Статья 48 параграф 1 в законе 3772/2009, которая заменяет параграф 76, пункт 1 закона 3386/2005, по которой иностранец считается опасным для общественного порядка и безопасности по причине только того, что против него было возбуждено уголовное дело, в наказание за которое предусмотрено как минимум три месяца лишения свободы - противоречит конституции, так как не соответствует статье 5 параграф 1, о праве на свободное передвижение. А также статье 25 параграф 1 конституции, т.к. не соответствует правилам соразмерности (имеется в виду ничтожность преступления и огромная тяжесть наказания: за украденную жвачку не могут дать пожизненное - несоразмерно)

**з)** Иностранец может быть выведен из списков **ΣΠΣ** в случае,

если прошло 3 года от даты его внесения в эти списки, и за это время не было внесено решения, которое оправдывает необходимость его дальнейшего нахождения в этих списках.

**Согласно параграфу 12 закона 2472/1997 каждый имеет право получить информацию о причинах и сроках своего нахождения в списках **ΕΚΑΝΑ** или **ΣΠΣ**.**

**info** Контактные данные служб, которые несут ответственность за ведение данных списков:

► Для **ΣΠΣ**: ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ - Αρχιγειο Ελληνικής Αστυνομίας - Διεύθυνση Διεθνούς Αστυνομικής Συνεργασίας 3ο Τμήμα SIRENE - Καλλιπόουλου 4101 77, Αθήνα, Τηλ: 210 6977000, Φαξ: 210 6929764, email: info@sirene-gr.com

► Для **ΕΚΑΝΑ**: ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ - Αρχιγειο Ελληνικής Αστυνομίας - Κλάδος Ασφάλειας και Τάξης Διεύθυνση Αλλοδαπών - Τμήμα Μετανάστευσης & Διοικητικών Μέτρων - Καλλιπόουλου 4, 101 77, Αθήνα, Τηλ: 210 6977000, Φαξ: 210 6929764, email: adeusect@morο.gr

► Согласно параграфу 13 закона 2472/1997 каждый имеет право на обжалование своего внесения в списки **ΕΚΑΝΑ-ΣΠΣ**. Стоит учесть, что если этим вопросом займётся профессионал, имеющий практику ведения подобных дел, Ваши шансы на успех увеличиваются многократно.

**От редакции. Ждем ваших вопросов и обеспечим ответы от квалифицированных адвокатов.**

## КОНКУРС ФОТОГРАФИИ «РУССКИЕ В ГРЕЦИИ»



Дорогие друзья!  
«Союз русских эмигрантов в Греции им.кн.С.И.Демидовой»



при поддержке отделения фонда «Русский мир» в Салониках объявляет международный **КОНКУРС ФОТОГРАФИИ** под девизом «Русские в Греции»

Сюжеты могут быть самые различные: работа детских русских школ, кружков, театров, библиотек; исторические памятники в Греции, связанные с «русским присутствием» здесь; семейные торжества, концерты, жизнь русских обществ, приходов, монастырей, туристы из России и многое другое.

- Каков он, «русский мир в Греции» сегодня?
- Что сохранили мы от нашей самобытности и нашей культуры, оказавшись среди других народов?
- Какими нас увидят будущие поколения?

Авторы произведений, занявшие первые места, будут награждены ценными подарками:

**1-е место:** двухдневный отдых в г. Лутраки (Греция), проживание в гостинице «Посейдония»

**2-е место:** ужин на двоих в ресторане «Садко» (Афины)

**3-е место:** альбом по искусству, подарок от магазина «Арбат»

(Греция)

Иностранцы участники будут награждены ценными подарками.

Работы будут представлены на рассмотрение «народного» жюри и выставлены на сайте Союза русских эмигрантов в Греции [www.soruem.gr](http://www.soruem.gr)

По окончании конкурса будет проведена выставка фотографий.

В оценке работ примет участие известный греческий фотограф **Василис Кутруманос**.

- **Срок подачи работ до 15 апреля 2011 года.**

Просьба фотографии в электронном виде направлять по адресу: [so.ru.em.gr@mail.ru](mailto:so.ru.em.gr@mail.ru) или передавать

- напрямую церкви Панагии Сумела о.Григорию (Пигалову) р-н Мениди,
- клирику русской Свято-Троицкой церкви о.Александру (Носевичу).

### Удачи!

Фотографии не возвращаются и могут быть использованы Союзом русских эмигрантов в Греции им.С.И.Демидовой в просветительских и благотворительных целях.

Каждая фотография должна быть подписана с указанием даты, места, где сделана фотография, автора фотография, а также сюжета, который изображен. Не подписанные фотографии к конкурсу не принимаются.



**Emigrant**  
life helias

**Эмма Медынская**  
лечебный косметолог

чистка лица, массаж, лифтинг верхнего века  
микроотоковая терапия лица и тела  
отбеливающая терапия  
пирсинг (нос, уши, пупок)  
депиляция (воск, электро)  
удаление папиллом

**210 5247 996**  
**6996 831 655**




**Natures Sunshine Products**

NSP - ЭТО ВАШ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ЗАРАБОТОК

Приглашаем к сотрудничеству!

Профилактика **Биодобавки и косметика из Англии**

- диабета,
- атеросклероза,
- сердечно-сосудистых,
- легочных заболеваний,
- рака,
- болезней желудочно-кишечного тракта.

Повышение иммунитета.

тел.: **69 8868 7929**



**АВИАБИЛЕТЫ ПО ВСЕМ НАПРАВЛЕНИЯМ**  
АПОСТИЛЬ: РОССИЯ, КАЗАХСТАН, УКРАИНА, БЕЛАРУСЬ

**ERGO 5**

РЕГУЛЯРНЫЕ АВТОБУСНЫЕ РЕЙСЫ  
ВИЗЫ, ЭКСКУРСИИ, ТУРЫ, ОТЕЛИ

Афины, ул. Пиреос 16-18  
1й этаж, оф. 5  
тел./факс: +30210 5200038  
+30210 5229445  
+30210 5200474  
mob: +30 6972075511  
e-mail: ergo@otenet.gr

РЕГУЛЯРНЫЕ АВТОБУСНЫЕ РЕЙСЫ  
Симферополь  
Херсон  
Донецк  
Керчь  
Мариуполь  
Адлер  
Геленджик  
Новороссийск  
Крымск  
Сухуми



**SPRING OF HEALTH NAILS**

Профессиональный макияж  
Свадебный макияж  
Определение цветотипа  
Подбор косметички



Маникюр - от 5 €  
Педикюр - от 8 €  
Накладные ногти - от 15 €  
Gel, Acrylic, Revolution Nails

**Галина**  
**697 68 40 403**



Эффективное исцеление души и тела с помощью Божественной силы любви, которое вернёт Вам здоровье и радость жизни.

Тел.: 2130035530  
Моб.: 6983909617  
ПОСЛЕ 15.00

**Дорогие дамы!**  
Приглашаем Вас и Ваших друзей на вечер, посвященный международному женскому дню 8 марта

В программе:

- ориенталь, бальные танцы
- игры, конкурсы, призы
- танцевальная программа
- подарок каждой женщине!

Вечер состоится 6.03 - воскресенье в 18:00 в ресторане ЛЬВОВ по адресу: ул. Мифимнис 27А, Пл. Америкис

билет: 25€  
тел. 211 72 52 296  
211 72 52 300  
697 68 40 403

**8 марта**



**Romantik**

Русско-греческий ресторан  
Живая музыка  
ул. Канигос 8 - Афины  
тел.: 210 38 27 500



МАСТЕР ПО ПОШИВУ И РЕМОНТУ ОДЕЖДЫ

мужской женской ткань кожа мех

**Геннадий Заец**  
6997 135 816  
210 5247 996



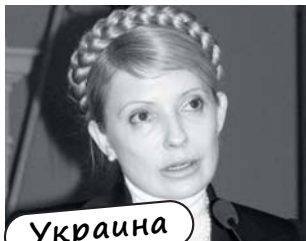
Женский сетевой журнал в Греции на русском языке!

**MyWay**  
www.mywayok.com

контактный телефон: **694 80 80 070**




новости СНГ



Украина

**Юлию Тимошенко посадили под домашний арест**

Напомним, 15 декабря Генпрокуратура Украины возбудила уголовное дело против Ю. Тимошенко, бывшего премьера страны, лидера партии «Отчизна» (Батькивщина), по ч.3 ст.365 Уголовного кодекса Украины (превышение власти и служебных полномочий, повлекшее тяжкие последствия). Бывшего премьера обвиняют в злоупотреблении средствами от продажи квот по Киотскому протоколу. «Теперь я могу находиться лишь по адресу, где проживаю, - заявила журналистам после очередного допроса в Генпрокуратуре сама Ю. Тимошенко. По словам Ю. Тимошенко, теперь она обязана посещать прокуратуру ежедневно. Ю. Тимошенко настаивает на том, что все средства, полученные от продажи квот по Киотскому протоколу, находятся на счетах Минэкологии и природных ресурсов.»



Белоруссия

**Лукашенко хочет посадить кандидатов в президенты на 15 лет**

В недавних выборах президента Республики Беларусь участвовали (помимо главы действующей власти Александра Лукашенко) девять альтернативных кандидатов. Семеро из них теперь могут дорого заплатить за причастность к акциям гражданского протеста, произошедшим в Минске вечером-ночью 19 декабря. Тогда на улицы белорусской столицы, чтобы выразить свое негативное отношение и к самим выборам, и к их результатам, вышли десятки тысяч сторонников демократической оппозиции. Силловые структуры, подчиненные Лукашенко, жестоко наказали демонстрантов: многие были избиты, многие арестованы, прежде всего - ключевые фигуры оппозиции. ◆

**Путин отправил чиновников в регионы, оставшиеся без света**

31 декабря премьер-министр РФ Владимир Путин предложил губернатору Подмоскovie **Борису Грому**, главе МРСК **Николаю Швецу** и министру энергетики **Сергею Шматко** встретиться Новый год с жителями районов области, которые остаются без света.



Россия

"Борис Всеволодович, вы говорили, что к 18.00 все будет восстановлено. Если не было уверенности, не надо было говорить. В 35 населенных пунктах, в которых проживает 4 тысячи человек, остаются без электричества. Я предлагаю, вы поезжайте и вместе с ними встречайте Новый год. Втроем поезжайте, распределитесь", - сказал Путин на совещании с министром энергетики, главой МРСК и губернатором Подмоскovie. Глава правительства РФ при этом потребовал доложить по итогам. ◆

**Массовые задержания в Москве**

Порядка 20 сторонников одного из лидеров Солидарности Бориса Немцова задержали при попытке организовать одиночные пикеты возле изолятора, где он содержится после решения мирового суда об административном аресте. "Нас задержали на Симферопольском бульваре возле изолятора временного содержания. 20 человек стояли на автобусной остановке, общались, мы собирались по очереди сменить друг друга в одиночном пикете", - сказал один из задержанных, член бюро Солидарности **Александр Рыбкин**. По его словам, активисты стояли в стороне от пикетирующих.



Россия

Между тем, радиостанция Эхо Москвы сообщила о задержании на Симферопольском бульваре своего корреспондента **Андрея Познякова**. "Там по заданию редакции он освещал серию одиночных пикетов в поддержку арестованных оппозиционеров Бориса Немцова, Эдуарда Лимонова, Ильи Яшина и других", - говорится в сообщении. Причины задержания корреспондента радиостанции Эхо Москвы пока не известны. Столичное ГУВД никак не объясняет действия своих сотрудников.

В последние дни суды в Москве приговорили к административному аресту на срок от 5 до 15 суток известных оппозиционных политиков - **Немцова, Ильи Яшина, Эдуарда Лимонова и Константина Косьякина**. Правозащитники назвали это "расправой", отметив, что особенно вызывающе выглядит арест на 15 суток Немцова.

31 декабря вечером на Триумфальной площади состоялся митинг в защиту 31 статьи Конституции, которая гарантирует свободу собрания. Акция была согласована с властями. Ее организовала группа оппозиционеров и правозащитников во главе с руководителем Московской Хельсинкской группы Людмилы Алексеевой. В итоге на Триумфальной площади были задержаны десятки человек, в их числе Немцов и Яшин.

Оппозиционеру Лимонову с соратниками власти Москвы и милиция не дали провести митинг на Триумфальной площади. Лимонов был задержан 31 декабря при выходе из подъезда своего дома. В тот же вечер суд в Москве приговорил его к 15 суткам административного ареста, обвинив в мелком хулиганстве. ◆

**«Нафтогаз Украины» перечислил «Газпрому» миллиард долларов**



Украина

В четвертом квартале 2010 года цена импортируемого российского газа возросла до **252,11** доллара за тысячу кубометров. ◆



Эстония

**Эстония вступила в еврозону**

Эстония с 1 января 2011 года перешла на единую европейскую валюту - евро - и стала 17-м государством Евросоюза, вступившим в еврозону, а также **первой из бывших республик СССР, перешедшей на евро**. ◆



Таджикистан

**Би-Би-Си: Применяются ли пытки в Таджикистане?**

Международная организация Amnesty International обратилась к президенту Таджикистана Эмомали Рахмону с просьбой помочь в расследовании дела по факту пыток в отношении гражданина России Ильхома Исманова.

Уроженец Таджикистана был задержан сотрудниками таджикской милиции еще в начале ноября.

На заседании суда подследственный заявил о том, что его пытали электрошоком и обливали кипятком. Состояние здоровья Исманова вызывает опасения, но адвокаты и родственники к нему не допускаются.

Представители Amnesty International сообщили о том, что это не первый случай пыток в Таджикистане. Практика использования недозволенных методов дознания широко распространена в стране, однако общественности становится известно лишь о единичных случаях, когда родственники соглашаются открыто говорить о фактах пыток. ◆



Молдова

**Цена на газ увеличится примерно на 10%**

Стоимость российского природного газа для потребителей Республики Молдова с 1 января 2011 года, по предварительным данным, составит **289** долларов за 1 тысячу кубометров.

Цена на газ увеличится примерно на 10 процентов и республика будет приобретать российский природный газ по средневропейской цене. Подтверждение цены на газ поступит от ОАО "Газпром" в середине января.

Контрактная цена на российский природный газ в IV квартале 2010 года составила 263,63 доллара за тысячу кубометров. ◆



сделай себя



# Школа Эффективных Лидеров

**«Наш проект осуществляется под эгидой Международной Академии Гуманитарных Технологий (ИАНТ). Знания и умения, необходимые для жизненного успеха, для завоевания своего места в постиндустриальной элите, должны быть доступны всем, кто может и хочет их освоить и использовать.»**

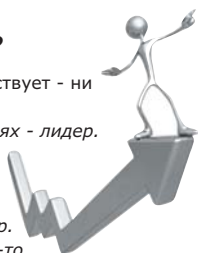
**Евгений Витальевич Гильбо, автор проекта.**

**Евгений Гильбо любезно согласился на наше предложение о публикации материалов проекта ШЕЛ в нашей газете.**

## Кто же такой лидер?

Точного определения этого понятия не существует - ни в науке, ни в обыденном языке.

- Тот, кто вырвался вперед на соревнованиях - лидер.*
- Тот, кому верят многие - лидер.*
- Тот, за кем идут - лидер.*
- Тот, кто успешен в жизни - лидер.*
- Тот, кто умеет организовать людей - лидер.*
- Тот, кто имеет популярность в какой-то группе - лидер.*



Впрочем, все эти определения - вне контекста. Лидер где? Чей? Для чего?

Например, лидер малой группы - это одно. Лидер общественного мнения - другое. Национальный лидер - третье. Лидер в спорте или в учебе - четвертое.

Тот, кто оказывается лидером в одной ситуации, никак не может оказаться им в другой. Значит, лидер ситуативен?

Тут самое время вспомнить Толстого, утверждавшего будто лидер выявляется совершенно случайно: идет стадо баранов на пастбище - один баран впереди, его ученый и записал в лидеры. Повернуло стадо к водопою - другой баран впереди и теперь его исследователь примет за вожака...

И все же лидер - нечто реальное. Да, он ситуативен. Но не каждый в той или иной ситуации станет лидером. Сочетание определенных качеств личности и определенных качеств ситуации рождает лидера.

### Как рождает?

Запомним этот вопрос. Нам еще придется вернуться к нему.

Итак, в той или иной мере понятие «лидер» ассоциируется у нас с человеком, за которым идут другие люди. С человеком, авторитет которого признают. С человеком, который способен проявлять власть.

Но есть и другое содержание понятия «лидер» - это человек успеха. Лидерами признаются наиболее успешные в своей сфере деятельности люди.

Всегда ли успех и авторитет совпадают? Далеко не всегда. Есть ли между ними существенная связь? Несомненно есть.

### Какова природа этой связи?

*Продолжение следует*

## Кому сопутствует успех?

В США есть много различных диаспор. Есть китайская. Есть ирландская. Есть армянская. Есть мексиканская. И есть русская.

В США есть много миллионеров. Миллионеры есть в каждой диаспоре. Только число миллионеров на 1000 человек (удельное их число) для каждой диаспоры разное.

В какой диаспоре больше всего удельное число миллионеров?

### В русской.

*Россия - бедная страна.* У нее самая большая территория, самые большие природные богатства, недавно были самые талантливые ученые и инженеры. *И все же Россия - бедная страна.*

Тем не менее выходцы из России имеют хорошие шансы в самой конкурентной стране мира - США. Почему бы им не достичь такого же успеха в России?

Чем же отличаются те русские, которые стали миллионерами в

США, от тех, что ни в России, ни в эмиграции никакими успехом не достигли?

Может, дело в таланте?

*Но разве мало среди неудачников талантливых людей?*

Может дело в связях?

*Но разве мало среди миллионеров людей, сделавших себя сами, с нуля? В последние годы их становится все больше.*

Может дело в энергичности?

*Но мало ли энергичных неудачников...*

### Так все же, что отличает людей успеха от неудачников?

Есть несколько свойств личности, исчерпывающих этот список.

- Внутренняя свобода.
- Психическая устойчивость.
- Активная позиция.
- Стратегический тип мышления.

*Продолжение следует*

## Разговор в письмах

**На вопросы отвечает Евгений Гильбо, экономист и общественный деятель, автор проекта ШЕЛ**

*Уважаемый Евгений Витальевич, существует ли в Вашей системе понятий и используется ли в системе обучения ШЭЛ такая категория как Миссия человека (предназначение и пр.). Пока что мне не хватает понимания: ну научимся управлять основными инстинктами, ну и что. А что это даст? Это мощные источники энергии, но это только средства. А какова цель? Вся жизнь карабкаться на вершущку очередной пирамиды имея по пути (в прямом и переносном смысле) всех встречаемых - поперечных? Как - то скучновато... В чем Вы видите смысл своей жизни и видите ли Вы его вообще?*

*С уважением, Александр*

Начнем со смысла жизни. Строго говоря, у жизни смысла нет. Смысл есть субъективное понятие, продукт психики. Жизнь же есть явление биологическое. У нее есть причина, но нет цели. Можно сказать, **ПОЧЕМУ** Вы живете, но нельзя сказать, **ДЛЯ ЧЕГО**.

Мы можем наполнить свою жизнь смыслом, а можем и не наполнять. Мы можем поставить себе цели, но можем и плыть по течению. Смысл жизни искать глупо - вне нас его нет. Но мы можем сами этот смысл творить. Однако, творить свои смыслы, творить свое добро и свое зло, может лишь человек свободный. Раб всегда живет в мире сотворенных другими смыслов и вынужден реализовывать чужую волю.

Поэтому первый шаг - освободиться. Лишь со свободным человеком имеет смысл говорить о миссии. ШЭЛ позволяет сделать этот первый шаг, расширить свою внутреннюю свободу. А потом можно поговорить и о миссии. Но не раньше, иначе мгновенно сорветесь в мистику и прочие рабские извращения.

## О проекте Школа эффективных лидеров

Школа Эффективных Лидеров возникла в середине 80-х годов XX века в Ленинграде как проект, ориентированный на подготовку новой элиты будущего постиндустриального мира.

ШЕЛ - проект дистанционного самообразования. Она предоставляет новые интерактивные методики обучения в целях повышения личностной и деловой эффективности, развития лидерских качеств.

Материал Школы рассчитан на примерно полуторагодовичное освоение материала приемлемыми темпами без ущерба основной деятельности.

Технология обучения обеспечивает доступность знаний в любой точке Земли, в то время как элитарные тренинги доступны лишь в нескольких городах. Вы сами устанавливаете срок начала занятий и темп обучения. Вы можете приостанавливать обучение (в случае отъезда в отпуск, в командировку, запарки на работе и т.п.). Вы не связаны конкретным временем освоения материала, можете заниматься этим в любое время суток.

**Подробнее о ШЕЛ на сайте [www.gilbo.ru](http://www.gilbo.ru)**

*Специалист с высшим музыкальным педагогическим образованием дает уроки игры на фортепиано, сольфеджио, теория, постановка голоса.*  
*Исполнение сольных вокальных произведений - от русских народных песен до классических. Афины.*

**Тел.: 698 605 36 87**

**ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ МУЗЫКАНТОВ, ИГРАЮЩИХ НА НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ. А ТАКЖЕ СКРИПАЧА (-КУ), АККОРДЕОНИСТА. ПРОВОДИТСЯ ПРОСЛУШИВАНИЕ. АФИНЫ.**

**Тел.: 698 605 36 87**





мой кошелек



**Анжела Аперчай,**  
сотрудник Национальной  
страховой компании  
(Εθνική Ασφαλιστική)  
Пишите на e-mail:  
**an-aper@hotmail.com**  
или звоните по тел.:  
**693 87 02 696,**  
**211 72 52 296.**  
**Консультация**  
**бесплатная.**  
Приём по адресу:  
**3 Сентября, 11**  
**(8 этаж), р-н Омония**



# ЗАБОТИТЬСЯ О БУДУЩЕМ – ЖИТЬ НАСТОЯЩИМ

**«Страховка - очень важное средство в жизненном плане любого человека. Проблема со страховкой в том, что ее нельзя купить тогда, когда она нужна. Надо предвидеть то, что тебе понадобится, и купить это, надеясь, что это тебе никогда не понадобится.»**

**Роберт Кийосаки, «Руководство богатого папы по инвестированию»**

**З**наете, как выглядел рекламный плакат российской компании, страховой жизни в начале прошлого века? На нем были две картинки. **Первая:** семья - папа во главе стола, мама и несколько детишек в платьях с рюшечками - церемонно пьет чай. На столе самовар и блюдо с пирогами, расстегаями и ватрушками. Одним словом, жизнь удалась. **На второй:** те же и там же, только через год, но отцовское место пусто. А на стене его портрет. Вопрос под картинками: «Как вы думаете, что помогло семье сохранить свое благополучие, несмотря на потерю кормильца?» **Ответ, как вы понимаете, прост: этот самый кормилец застраховал свою жизнь, а выгодоприобретателями (которые получают деньги в случае его кончины) записал своих близких.**

Наша жизнь часто зависит от случайных событий, которые могут не только изменить нашу собственную судьбу, но и повлиять на финансовое благополучие близких. Здоровье, достойный уровень жизни семьи, хорошее образование детей, дополнительные пенсионные накопления – все это достигается путем стабильных денежных вложений в различные финансовые инструменты: банковские вклады, ценные бумаги, в собственный бизнес, в недвижимость, в паевые и пенсионные фонды и личное страхование. Каждый инструмент имеет свои особенности.

Страхование жизни - это проверенный временем способ долгосрочной защиты своего благосостояния. Страховой полис предоставляет Вам гарантии финансовой стабильности и обеспеченного будущего Ваших родных, независимо от превратностей судьбы.

**Кому и какие программы страхования жизни могут быть полезны?**

Во-первых, тем, у кого в семье **единственный кормилец**, защита просто необходима, во-вторых, предусмотрительным родителям, которые заранее беспокоятся о накоплении средств **на образование ребенка**, в-третьих, заботливым бабушкам и дедушкам, которые думают о внуках или хотят накопить **некую сумму наследства**. Наконец, пенсионные программы, при которых каждый человек может открыть программу защиты на срок от 10 и более лет, обеспечивают достойную старость, причём, вместе с тем, что всё это время жизнь человека застрахована от многих рисков.

В государственных пенсионных фондах (ИКА, ТЕВЕ и т.д.) система «не дожил до пенсионного возраста - не получил», здесь же: даже если не дожил - в любом случае получили выгодоприобретатели или наследники. А если не дай Бог что со здоровьем случится или травму получите, то государственный пенсионный фонд опять же ничем не поможет. **Национальная страховая компания (Εθνική Ασφαλιστική) предоставляет двойную выгоду: накопление денег и страховую защиту от различных непредвиденных событий. В этом наше неоспоримое преимущество перед банками, и перед другими пенсионными фондами.**

**ЧТОБЫ НЕ БЫЛО СОМНЕНИЙ**

**Вопрос: Что такое страховой агент?**

**Ответ:** Страховой агент - это официальный представитель страховой компании, осуществляющий операции по заключению договоров имущественного и личного страхования с физическими и юридическими лицами. Это тот человек, который выписывает вам полис, подбирает оптимальные условия страхования, осматривает квартиру, машину, рассчитывает, сколько стоит страховка. Главная его задача - точно определить потребности клиента и предоставить оптимальные способы решения проблемы.

**Вопрос: Если мой доход минимален или оставляет желать лучшего стоит ли связываться накопительными программами?**

**Ответ:** Не важно, сколько у вас средств, сколько вы получаете, откладывать часть средств (в %-ом отношении) доступно всем. Пусть это будет не много, но чем раньше начать, тем больше и быстрее можно получить результат. Очень небольшой процент всех миллионеров родились таковыми. Многие из них начинали с нуля.

**Вопрос: Я работаю каждый божий день, а тут приболела и не могла ждать рандеву по ИКА через 2 месяца. В частном русском медицинском центре потратила кучу денег, но это только начало. Так вот хотелось бы узнать, есть ли у вас какие-то программы, которые бы покрыли мои расходы с наименьшими потерями?**

**Ответ:** В Национальной страховой компании (Εθνική Ασφαλιστική) существуют Программы Диагностического Обследования, позволяющие за 300 евро в год делать любые нужные вам Диагностические обследования на сумму 3.000 евро в год и посещать врача любой специальности в сети Диагностических центров Виоятрики всего за 20 евро. В то же время вы имеете возможность проходить один раз в год бесплатный годовой Check-Up, который в себя включает:

- 1.Рентген грудной клетки
- 2.ЭКГ и обследование сердца кардиологом
- 3.Лабораторные исследования:
  - А** - Общий анализ крови
  - В** - Общий анализ мочи
  - С** - Биохимия крови (тромбоциты, Т.К.Е., глюкоза, мочеваая кислота, мочевины, креатинин, холестерин, триглицериды, ЛПВП, ЛПНП, SGOT, SGPT (трансаминазы) Ggt, щелочная фосфатаза.
- 4.Гинекологические осмотр. Мастрография или ультразвук груди, пальпация груди, PAP-test.
- 5.Для мужчин - скрининг простаты (P.S.A., Free P.S.A., уретметрия, клиническое обследование простаты)
- 6.Осмотр Терапевта и окончательное заключение с инструкциями.

Стоимость такой программы варьирует в зависимости от возраста – от 120 евро в год в 18 лет и до 350 евро в год в 60 лет.

**Анжела Аперчай**



**«Жизнь - не те дни, что прошли, а те, что остались.»**  
**Д. Писарев**





# НОВОГОДНЯЯ ЯРМАРКА ГАЗЕТЫ EMIGRANT

*В праздничной предновогодней обстановке 26 декабря 2010 года мы встретились с нашими друзьями в ресторане КНЯЖИЙ ДВОР на площади Виктории.*

**К**ризису вопреки и с улыбками на устах мы простились с уходящим 2010 годом и пожелали друг другу успехов в новом 2011 году.

В поисках новых форм общения мы решили организовать ярмарку-перформанс с тем чтобы наши добрые друзья и рекламодатели смогли поближе познакомиться с нашими читателями и чтобы в теплой дружеской обстановке и с пользой для всех обменяться друг с другом советами и пожеланиями.

Всем участникам ярмарки было предоставлено слово и каждый смог познакомиться присутствующих с тем чем он занимается. Помимо этого все присутствующие имели возможность посетить все столы участников и тут же получить либо бесплатную консультацию нутрициолога, либо поменять причешку и макияж, отведать кисель с биодобавками, получить консультацию по пересылке денег, по страхованию в Греции, по обучению работе на компьютере, а также приобрести традиционные русские продукты и сувениры к новому году или продукцию, сделанную по технологии декупаж, а также косметику и бижутерию из Франции.

Одной из изюминок нашей программы была демонстрация новой коллекции шуб Хрисули Палатиду, а также показ новой коллекции одежды магазина Nuova Moda ([www.nuovamoda.gr](http://www.nuovamoda.gr))

И конечно же все с нетерпением ожидали розыгрыша 2 лотарей: первая - по номерам билетов и вторая, с более дорогими подарками,

- платная лотарей, сборы от которой пошли на организацию детского утренника 29 декабря. В этой лотарее были разыграны ценные подарки, такие как курс семинаров по наращиванию волос от Т. Котиковой, страховка на сумму 100 евро в Национальной страховой компании Εθνική Ασφαλιστική от А. Аперчой, косметика московской фирмы Родник от нутрициолога В. Ромашенко, а также курс процедур по уходу за лицом и курс процедур по уходу за телом от врача-косметолога Бэлы Молоковой, которая не смогла быть на вечеру, но любезно предоставила свои услуги для розыгрыша в обеих лотарях.

В вечеру приняли участие (в порядке нумерации фотографий):

**1 - Светлана Борух**, которая представила продукцию в технике **декупаж мастера Елены** (бесплатные маникюр-педикюр от Светланы, а также работы Елены по декупажу были разыграны в лотарее)

**2 - Владислав Федоров**, который занимается сетевым бизнесом в интернете

**3 - Магазин Nuova Moda** ([www.nuovamoda.gr](http://www.nuovamoda.gr)), владелец которого нам любезно предоставил новую коллекцию одежды для показа на вечеру, а также предоставил платье для ведущей нашей программы А. Ромашенко

**4 - Компания по пересылке денег по системе КОНТАКТ**, которую представила сотрудник компании **Руслана Яремия** и предоставила для всех присутствовавших скидку в 1 евро при пересылке на любую сумму.

**5 - FM GROUP**, косметика и бижутерия. Подарила всем присутствовавшим по пробному флакончику духов

**6 - РОССИЙСКАЯ КОМПАНИЯ АРТ ЛАЙФ** - ее представители угостили всех желающих киселем с биодобавками

**7 - Наталья Пожар**, кроме того что она является хозяйкой КНЯЖЕГО ДВОРА, познакомил нас с ее увлечением - журналом КОЛЕСО ЖИЗНИ

**8 - нутрициолог Валентина Ромашенко**, которая к нам приехала из Крыма и подарила целую гамму продуктов московской компании РОДНИК победителям обеих лотарей

**9- Психолог Ирина Грамматикопулу** познакомила нас с деятельностью Athens Training Center

**10 - Супер маркет SUPER MAGNIT** и его хозяйка **Наталья СПИРИДИ** представили самый лакомый (в буквальном смысле) уголок в зале. И наша газета имела возможность угостить всех в преддверии нового года крымским шампанским

**11 - модель в шубе от Хрисули ПАЛАТИДУ**

**12 - ДЕТСКИЙ ТЕАТР ВЕРТЕП** - гости нашего вечера

**13 - страховая Национальной страховой компании Εθνική Ασφαλιστική от А. Аперчой**, предоставила на лотарее и страховку, и книги русских классиков.

**УСПЕХОВ ВСЕМ В НОВОМ 2011 ГОДУ!!!**



## ДЕТСКАЯ НОВОГОДНЯЯ ЕЛКА ГАЗЕТЫ EMIGRANT

**О**чень теплый и праздничный получился детский утренник в отеле NOVUS в Афинах в 15:00 во вторник, 29 декабря 2010 года, который организовала наша газета для детей города Афин.

Хочется поблагодарить всех присутствовавших на утреннике, т.к. без вас и вашего активного участия не получился бы этот чудесный праздник!

От самых первых слов, которые были произнесены волшебной Звездой (ведущей программы) и до вручения подарков Дедом Морозом - все прошло на одном дыхании. Как-то незаметно Звездочка нас увела далеко от шума города и от забот повседневной жизни и приоткрыла нам дверь в сказку.

К нам на праздник пришла и Снежинка, но не одна, а со своими друзьями - девочками и мальчиками из Русского Дистанционного Центра. Они нам спели и станцевали. За что мы им очень-очень благодарны!!!

А потом вдруг закружились в праздничном хороводе все присутствующие, и взрослые и дети. Чья мама выиграла приз за знание русской литературы? И чья - за знание русских фильмов? В какой-то момент нельзя было разобрать - где дети и где их родители: глаза мам и пап зажглись от возбуждения и желания блеснуть своими знаниями перед детьми.

Но справедливая и заботливая Звездочка не могла оставить надолго детишек без игр - ведь праздник то был для них. Она прибегла к единственному решению - позвать на праздник Деда Мороза. Ведь его с нетерпением ждали все, и дети и взрослые. А пока Дед Мороз пробирался через леса дремучие и снега морозные, наша чудесная Звездочка вместе со Снегурочкой затеяли хоровод вокруг елки. А потом мы опять играли и хороводы водили, но уже и с долгожданным Дедом Морозом. Он был вначале в красном наряде, но

так получилось, что ему пришлось идти еще раз в лес за подарками. И когда он вернулся он был уже в синем. Вы спросите ПОЧЕМУ? - а это наш небольшой секрет. Только тот кто был с нами на празднике его знает.

У нас были и другие гости на празднике. Во первых нас посетили наши друзья из Российского Центра Науки и Культуры в Греции, которые вручили детям CD, любезно предоставленные их создателем - врачом по профессии Сергеем Шабутиным.

А также нам было очень приятно видеть на нашем празднике нашего друга издателя газеты SOS PEIRAIAS, который к нам пришел с младшими членами его семьи. Его статью о новогодней елке на греческом языке вы можете прочитать на греческой стороне нашей газеты.

**На фото ►**

**1 - Новогодний хоровод с ДЕДОМ МОРОЗОМ и Снегурочкой.**

**2 - «Снежинки» из Русского Дистанционного Центра.**

**3, 4 - Ну какой Новый год без хоровода и игр!**









**красота и здоровье**



**Нутрициология**

**Валентина Ромашенко**  
Нутрициолог,  
компания «Родник»

**Валентина, а кто такой нутрициолог и вообще что такое нутрициология?**

Нутрициолог (греч. - питание) - специалист по питанию. Нутрициология - наука о питании, основанная на высоких технологиях, на нанотехнологии, включающая в себя изучение пищевых веществ и компонентов, содержащихся в продуктах питания, правила приема пищи, законы взаимодействия пищи, влияния ее на организм.

**Т.е. это тоже самое что и диетология?**

Нет, понятие нутрициологии не стоит путать с диетологией. Диетологи разрабатывают системы питания - «диеты» и концентрируют свое внимание на рационализации и индивидуализации питания. Т.е. проще говоря, какое количество белков, жиров и углеводов необходимо, в индивидуальном порядке, данному человеку, организмовывают групповое питание, в том числе, больного.

А цель нутрициологии - изучить законы влияния пищи и процесса потребления на здоровье человека, найти пути легкого усвоения, переработки, и выведения из организма. Это наука о роли отдельных ингредиентов пищи - нутриентах.

**Неужели так все просто, от правильного питания зависит здоровье всего организма?**

В принципе да, приведу несколько примеров :

- как только в организме не хватает кальция,

всего лишь одного микроэлемента, мы сразу это видим на своих ногтях и волосах. Они становятся тонкими и ломкими.

- нехватка цинка в рационе пищи мужчин, приводит к ранней половой слабости,

- недостаток йода в питании детей приводит к снижению работоспособности головного мозга. Им становится сложно усваивать школьный материал.

**Специалисты-нутрициологи занимаются подбором различных видов питания ?**

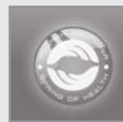
Да, конечно, но обязательен индивидуальный подход к каждому человеку чтобы подобрать какой вид питания ему необходим (лечебное, сбалансированное, рациональное, детское, спортивное и т. д.), а также профилактика и коррекция различных болезненных состояний путём назначения нутрицевтиков (белков, аминокислот, витамин, минеральных веществ и т.д.) или парафармацевтиков (травы, ягоды, чаи, соки и т.п.) Все эти биологически активные вещества оказывают функциональную поддержку органам и системам человека.

*Основная задача нутрициологии - обоснование рационального питания.*

**ВНИМАНИЕ!!!**

**ДО 10 ФЕВРАЛЯ НУТРИЦИОЛОГ ДАЕТ БЕСПЛАТНЫЕ КОСУЛЬТАЦИИ**

**ПРИ РУССКО-ГРЕЧЕСКОМ ОБЩЕСТВЕ EMIGRANT ПО АДРЕСУ: 3 СЕНТЯБРЯ 11 (8 ЭТ.), Р-Н ОМОНИЯ. ТЕЛ.: 211 72 52 296-300, 697 68 40 403**



ХΕΝ ΠΕΙΡΑΙΑΣ

**ДЕТСКИЕ ПРОГРАММЫ**

*Наша цель - пробуждение в каждой детской душе чувства самоуважения, чувства*

*взаимовыяжения, инициативы и сотрудничества.*

♦ В этом году мы создали **БЕСПЛАТНУЮ программу «Радость чтения» для детей 6-9 лет**, которая поможет детям полюбить чтение, познакомит их с создателями книг (писателями, художниками и др.), расширит их кругозор, а также позволит им стать героями книг в театральных постановках студии. Программа уже начала работать с **20 ноября 2010** и встречи происходят **каждые 15 дней с 10:30 по 13:00.**

♦ **ГРУППА ЧТЕНИЯ:** члены группы читают книги, а затем обсуждают прочитанное, а также различные социальные аспекты, интересующие женщин.

В этом году читаем:

- «Ο έρωτας στα χρόνια της χολέρας» (MARQUEZ, GABRIEL GARCIA), «Ο ήλιος του θανάτου» (ΠΡΕΒΕΛΑΚΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ), «Τα ψηλά γράμματα της ιστορίας» (ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ Δ.), «Το Ζ της Ζωής» (ΓΩΓΩ ΑΤΖΟΛΕΤΑΚΗ)

Стоимость участия - 20€ в год.

♦ **Обучение работе на компьютере** - семинары обучающие работе с текстом, работе в интернете, созданию и использованию электронного адреса (e-mail). Есть группы начинающих и совершенствующих свои знания (EXEL и др.)

♦ **КУРСЫ РИСОВАНИЯ**

По средам с 17:00 по 20:00 (65€ в месяц)

♦ **КУРСЫ КРОЙКИ И ШИТЬЯ**

По средам и четвергам с 11:00 до 13:00 (45€ в месяц)

♦ **КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ ПСИХОЛОГИИ**

По средам с 11:00 до 12:30 (45€ в месяц)

♦ **ГИМНАСТИКА**

Понедельник, среда, четверг с 10:00 до 11:00 (45€ в месяц)

**ИНФОРМАЦИЯ - ЗАПИСЬ**

С понедельника по пятницу 9:00-13:00 и 17:00-20:00

**Ироон Политехну 82, 185 36 ПИРЕАС**

**тел. 210 41 85 080  
210 41 81 674  
факс: 210 41 81 674**

♦ *В последующих публикациях мы вам расскажем и о других филиалах всемирной женской организации ХΕΝ в Греции* ♦



**Красота невозможна без здоровья**

**Эмма Медынская**  
лечебный косметолог

**Всегда ли вы получали хорошие результаты по стареющей коже.**

Как медработник понимаю что, косметологические проблемы стареющей кожи и не только можно решать комплексным подходом. Например, отеки и мешки под глазами - признаки нарушения моче-выделительной, лимфатической систем и желудочно-кишечного тракта. Наличие в организме папилломовируса ведет к папилломам, бородавкам. Проблемы желудочно-кишечного тракта - к угревой сыпи, перхоти. И когда появилась продукция израильской компании Dr Nona (солевые ап-

пликация, компрессы мертвого моря, увлажняющий динамический крем, регенерирующий солярис, грязевые маски, капсульные препараты) я начала получать хорошие результаты не только со стареющей кожей, но и с проблемами как нейродермит, экзема, псориаз и выпадение волос.

**Почему эта продукция дает такие быстрые и надежные результаты?**

Ноу-хау компании является в биоорганическом минеральном комплексе в совокупности с минералами, биомассой архибактерий, с ароматическими маслами и фитопрепаратами мертвого моря. Что является открытием доктора мед. наук Ноны Кухиной, защитившей препараты 18 патентами по изобретениям. ♦



**дорогие отшелушивающие препараты**, хотя и составлена из простых компонентов, которые можно найти на большинстве кухонных полок. Сахар обладает мягким антибактериальным действием, он заживляет незначительные кожные воспаления, соль - эффективный буфер для тела, а овес смягчает кожу и нежно удаляет мертвые клетки.

Смешайте сахар, соль и овес в большой чаше и переложите в баночку с завинчивающейся крышкой. Для использования нанесите небольшое количество смеси на ладонь и вотрите во влажную кожу. Затем тщательно все смойте.

Храните баночку в ванной комнате: смесь достаточно мягка, чтобы ею пользоваться каждый раз, когда вы собираетесь принять душ. ♦



**Любите себя**

**Бэла Молокова**  
Врач-косметолог,  
Московская  
Медицинская Академия

**СКРАБЫ ДЛЯ ТЕЛА**

Еще один способ очистить кожу, придать ей свежий вид - отшелушивание. Лучше всего отшелушивать кожу во время принятия душа.

**Основной скраб для тела**

- ♦ **100 г белого сахарного песка**
- ♦ **60 г хорошо очищенной морской соли**
- ♦ **30 г овсяной крупы**

*Эта простая смесь так же эффективна, как и*





# СКАЗКА - ЭТО СЕРЬЕЗНО

~ Универсальные коды судьбы ~

**П**одождите, не читайте дальше! Сначала вспомните сказку, которую вы больше всего любили в детстве. Что говорилось в ней о деньгах, богатстве и говорилось ли вообще? Психологи объясняют, что именно любимая сказка определяет, как сложится жизнь человека, в том числе и то, каким будет его финансовое положение. Вот, оказывается, как все просто. Или сложно? Сейчас вы узнаете, как это работает.

У каждого из нас есть свой сценарий – несознаваемый план жизни. Конечно, он касается и денег. Частично мы наследуем его от наших родителей, принимая их «послания» (это могут быть слова, интонации, поступки). Чтобы понять особенности своего денежного сценария, стоит начать с тех сказок, которые мы слушали в детстве, а теперь, возможно, читаем своим детям.

## О НАРУШЕНИИ ЗАПРЕТОВ

Сказка воздействует на психику ребенка на нескольких уровнях. **Первый уровень** – это определенные уроки морали. Ведь именно из сказок и мультфильмов ребенок узнает, что быть жадным плохо, а добрым и щедрым – хорошо (Серебряное Копытце). Выводы, сделанные в детстве, становясь убеждениями, начинают действовать как на сознательном, так и на бессознательном уровне.

**Второй уровень** – эмоциональный, здесь информация завуалирована, послания кодируются эмоциями. Часто в сказках симпатию вызывают герои бедные и свободные (Иванушка-дурачок), а богатые, чахнувшие над золотом и одинокие, выглядят отталкивающе (Кошечка Бессмертная). Так формируется эмоциональное отношение к деньгам, богатым людям, поступкам, связанным с деньгами.

**Третий уровень** – символический, он самый глубокий. Сказка на языке символов (понятном детскому мышлению) создает внутреннюю основу, на которую впоследствии надстраивается жизненный опыт. И замечательно, если эту основу закладывают фольклорные сказки, у которых нет авторства: в них сохранены архетипы, позволяющие маленькому человеку взрослеть, проходить свои жизненные испытания и достигать желаемых целей. В таких сказках герои и героини, которые отправляются вслед за любовью и ничего не бояться, возвращаются со щедрыми дарами да еще царство в придану получают. Символический смысл этого уровня становится доступным взрослому сознанию только после специальной интерпретации.

Например, в сказках герои и героини часто нарушают запреты. **С точки зрения первого уровня урок выглядит так:** нарушил запрет – попал в плохую историю; слушайся старших – и все будет в порядке. **На символическом же уровне** сказки побуждают нарушать запреты, проходить испытания, обретая свой

путь, идеалы, внутренний голос, интуицию.

**Вы спросите, в чем смысл такого «вопиющего противоречия»?** Как раз в том, чтобы приводить сценарий в действие.

## СЦЕНАРИИ И ГЕРОИ

♦ **Сказка о Золушке** – сценарий бедной девушки, которая много работает, трудится в миру и над собой. Честно говоря, за годы занятий сказкотерапией еще не видела ни одной девушки, владеющей капиталами Золушки. А вот среди материально состоятельных леди было немало Крестных-фей, отправляющих Золушек на балы (у фей, правда, возникают трудности несколько иного характера). Живя по Золушкиному сценарию, девушка ждет волшебной помощи, после получения которой ее дальнейшая судьба сложится счастливо, а ведь такого случая может и не быть.

♦ **Буратино** – сценарий предприимчивого, рискованного, готового к авантюрам человека. Чаще такой человек происходит из небогатой семьи. В детстве принимает решение позаботиться о материальном благополучии – своем и близких. Однако движет им любопытство, а не желание прибиться. Буратино способен зарабатывать большие суммы денег и так же легко может от них избавляться, либо нерационально тратя, либо вкладывая в новые проекты.

♦ **Гадкий утенок** – сценарий человека с неправильной самоидентификацией. Еще в детстве такой ребенок решает, что он чем-то хуже, чем другие. Из-за низкой самооценки редко получает престижное образование, карьерный статус или высокое положение в обществе. Свою «инаковость» понимает как негативную черту, и поэтому часто сам не рискует быть принятым лебедями.

♦ **Сказка о Рыбаке и Золотой рыбке** – драматический сценарий и для Старика, и для Старухи, и, наверное, для Золотой рыбки, которая попала в сеть и чуть жизни не лишилась. Люди с драматическим сценарием проживают жизнь эмоционально ярко, но роковую. Эта сказка не столько о жадности и ненасытности Старухи, сколько о ее стремлении компенсировать какую-то неудовлетворенную потребность получением материального и общественного статуса.

♦ **Кот в сапогах** – успешный бизнесовый сценарий, если он соответствует ценностным ориентирам человека.

Любимая сказка может не только помочь осознать особенности своего сценария, в частности денежного, **но и скорректировать его**. Все персонажи сказки представляют какие-то аспекты личности. Если любимая сказка заканчивается хеппи-эндом, рассмотрим ее во всех составляющих – каждый персонаж, каждый символ, вплоть до говорящего камушка на тропинке. «Проживем» их последователь-



Будьте свободными, счастливыми, успешными, любимыми и реализованными!!!

но, один за другим. Только «прожив» фею в себе, Золушка сможет отправиться на бал. Гадкий утенок откроет в себе Лебедя, только когда примет гадкого утенка в себе и приблизится к тем, кто ему нравится. Буратино откроет заветную дверь, только пройдя школу Карабаса-Барабаса. Хочется вспомнить еще одну сказку, где Герой, побеждая Дракона, сам становится Драконом. Это тоже важный опыт познания себя – посмотреть на мир глазами Дракона и при этом сохранить свободу выбирать, кем оставаться.

## СКАЗКА ПРО КОШЕЛЕЧЕК

Среди сказок народов мира (украинских, русских, итальянских, румынских) есть несколько ярких о деньгах. В них герои и героини выбирают что-то большее, чем деньги, – благословение, любовь, дружбу.

Помните украинскую народную сказку о муже, жене и кошелечке? Провожала старуха своего старика на базар, чтобы он волов продал, а он сменял их на коня, коня – на корову, корову – на свинью, свинью – на гусыню, гусыню – на петуха, а петуха – на кошелечек. Да и тот отдал лодочнику, чтобы за перевоз заплатить. Чумаки-попутчики стали над стариком смеяться – что же скажет на это его жена? И поехали на двенадцать груженных возов да еще с батогами в придачу, что ругать будет. Что же ответила старуха? Волон на коня променял – хорошо. Коня променял на корову? Еще лучше – будет в доме молоко. Корову на свинью? Будут поросяточки. Свинью на овцу? И это хорошо: будут ягноточки да шерсточка, будет что в Спасовку прясть. Гусыня – тоже хорошо: будут крашенки и перо. А петушок будет по утрам петь, на работу будить. Кошелечек тоже пригодится: как кто денег заработает – в него складывать. А что и кошелечек-то за перевоз отдал – то слава богу, что сам живой-здоровый домой воротился. Пришлось чумакам отдавать старику все свои двенадцать возов с батогами в придачу...

В этой сказке говорится как минимум о трех замечательных вещах: **умении доверять своему пути и следовать его событиям, позитивном взгляде на происходящее и гармонии во взаимоотношениях мужа и жены** (мужское и женское начала), между которыми сохраняются любовь и принятие независимо от материальных потерь и приобретений. Выводы делать, конечно же, вам, а сказка на бессознательном уровне свое гармонизирующее дело сделает, если вы позволите ей себя удивить.

Алена Колобовникова,  
психолог-консультант

Эту и другие истории вы можете прочитать в новом журнале «Колесо Жизни».

Если вы хотите:

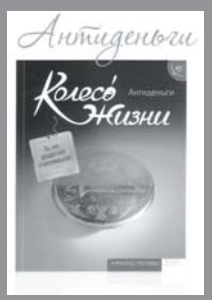
- усилить веру в себя, и вам нужны поддержка и мотивация,
- управлять своей жизнью, но пока не знаете, как это делать,
- создать гармоничные отношения,
- найти новые способы улучшения финансовой ситуации и качества жизни,
- принять и лучше понять себя, снять негатив, страхи, комплексы,
- извлечь позитивный опыт и уроки из событий и ситуаций своей жизни, и много другое - «Колесо Жизни» даст вам простые реально работающие инструменты.

Теперь этот и другие тематические номера журнала «Колесо Жизни» вы можете приобрести в Афинах у **Натальи Пожар**, адрес: **пл. Виктория, ул. Эльпидос, 3, тел. 693 833 90 89, 210 86 54 334**  
Тираж ограничен! [www.kolesogizni.com](http://www.kolesogizni.com)

## В ПРОДАЖЕ

...богатство обходит стороной, ускользает из рук, вливается в чужой карман... Почему так? В чем причина?

**Наталья Пожар**  
п.л. Виктория  
ул. Эльпидос, 3  
тел. 693 833 90 89  
210 86 54 334





LEATHER & FUR CREATION  
МЕХОВЫЕ И КОЖАНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

# Castor

ул. Пандроссу 18, Афины – Плака  
тел.: (0030) 210 3246660, fax: (0030) 210 3245776  
e-mail: furs.gr@gmail.com

Show Room  
**ACROPOLE**

ул. А. Диаку 1 & Макрияни, Афины – Акрополь  
тел.: (0030) 211 7156616  
e-mail: furs.gr@gmail.com

**Мы известны не только богатым выбором качественных изделий, которые разрабатывают известные мировые дизайнеры популярных домов моды, но и приемлимыми ценами.**

**Все купленные вещи сопровождаются сертификатом качества и гарантией, утвержденными греческим правительством.**

**Наш магазин находится в сердце красивейшего района Афин – Плака, недалеко от великолепного собора Метрополис, расположенного в пределах прогулочного расстояния от изумительного исторического памятника Акрополя.**

**Находясь в центре города, не забудьте посетить наш меховой салон. Будем рады показать вам наши коллекции.**

## ВНИМАНИЕ

Проводится набор в группы индивидуального обучения

### КРЕАТИВНОЕ ПАРИКМАХЕРСКОЕ ИСКУССТВО

**GERARD KONDARINI**  
маэстро парикмахерского искусства, выпускник Академии VIDAL SASSOON (Лондон), TREVOR SORBIE

1 - ГРУППА НОВИЧКОВ (10€/час)  
ПРЕДЛАГАЕТСЯ КУРС В 10 ЧАСОВ

2 - ГРУППА ВЫПУСКНИКОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ ШКОЛ

3 - ГРУППА ДЛЯ ОПЫТНЫХ

4 - ГРУППА ADVANCE

• ВЫДАЕТСЯ ДИПЛОМ

Запись по тел.  
**211 72 52 296 697 68 40 403**

**НАЧНИТЕ КАРЬЕРУ С 10€**  
**ВО ФРАНЦИИ, ГЕРМАНИИ, ГОЛЛАНДИИ, БЕЛЬГИИ**  
**В СЕТИ САЛОНОВ ЖЕРАРА КОНДАРИНИ**

ИНСТИТУТ КОСМЕТОЛОГИИ И ЭСТЕТИКИ

# BEAUTY SALON

ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

Мезотерапия, ботокс, глубокие пилинги, филлер, лифтинг, похудение, макияж, стоматолог и многое другое!

**КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНАЯ**

**ЛЕЧЕНИЕ АКМИ ДО 16 ЛЕТ БЕСПЛАТНО**

**СОВЕТЫ ДИЕТОЛОГА БЕСПЛАТНО**

**ПОСЛЕДНЮЮ НЕДЕЛЮ КАЖДОГО МЕСЯЦА СКИДКА 20% НА ВСЕ ПРОЦЕДУРЫ**

**Бэла Молокова**      Афины, 175 61, Палео Фалиро, ул. Эолу, 44 А  
Врач-косметолог      тел. 210 98 44 545  
Московская Медицинская Академия      моб. 697 30 21 558

RUSSIAN & GREEK CUISINE  
47 MENANDROUSTR. (NEAR OMONOIA SQUARE)

РУССКАЯ КУХНЯ

ΡΟΖΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ

**СУПЕРПРЕДЛОЖЕНИЕ!**

На Ваш выбор:  
салат, второе блюдо, напиток!

**КОМПЛЕКСНЫЕ ОБЕДЫ**  
С понедельника по субботу  
с **12:00** до **16:00**  
Приятного Вам аппетита!

6€

**Живая музыка**

210 52 39 462

ΜΕΝΑΝΔΡΟΥ 47 - ΟΜΟΝΙΑ - ΑΦΗΝΕΣ  
ΜΕΝΑΝΔΡΟΥ 47, ΟΜΟΝΟΙΑ - ΑΘΗΝΑ

ΑΣΦΑΛΙΣΕ ΚΑΙ ΕΣΥ  
ΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ ΣΟΥ  
ΦΘΗΝΑ!!!

ΜΟΤΟ

50 CC ΑΠΟ 45€  
51 CC - 255 CC ΑΠΟ 75€

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ

1-6 ΠΠΟΙ 170€  
7-8 ΠΠΟΙ 185€

SUPER  
ΠΡΟΣΦΟΡΑ  
250 CC ΚΑΙ ΑΝΩ  
MONO!!!  
**130€**

SUPER  
ΤΙΜΗ  
9-10 ΠΠΟΙ  
MONO!!!  
**250€**  
ΑΣΤΙΚΗ  
ΝΟΜΙΚΗ  
ΚΡΥΣΤΑΛΛΑ  
ΟΔΙΚΗ

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ  
ΤΗΛ.: 6977 62 33 86 FAX: 210 51 40 296  
ΜΕΤΡΟ ΑΤΤΙΚΗΣ, ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΩΣ 337



# Русский Дистанционный Центр



**РОССИЙСКИЙ  
аттестат**

- ♦ Обучение по программам российских школ
- ♦ Подготовка старшеклассников к сдаче ЕГЭ
- ♦ Подготовка детей 5-6 лет к обучению в школе

**Продолжается  
набор учащихся  
в 1-11 классы**



При Русском  
Дистанционном Центре  
работает  
клуб выходного дня  
«Буратино»

- В программе клуба:**
- «Тайна чисел» (математика)
  - «Гармония» (философия для детей)
  - «Родная речь» (русский язык)
  - «Hello English!» (английский язык)
  - Хореография
  - Театрально-игровое искусство
  - Музыкальная разминка (хор)
  - «Умелые ручки»
  - Индивидуальные уроки фортепиано

Адрес: Афины, пл.Каннигос, ул.Джордж, 14 (1-й этаж)  
Тел.: 210 3840000, 69462 72794, 210 9637611

# Super Magnit

**Открылись и вас ждем!!!**

- Продукты из стран СНГ, Болгарии, Польши
- Овощи, фрукты
- Сувениры
- Письма в страны СНГ



- Самые дешевые денежные переводы по системе CONTACT

• DVD, CD, книги

С Новым  
2011 Годом!

Ждем Вас по адресу:  
Герасиму Кула 37, Метро Катехаки  
(р-он Эллиноросон)  
тел.: 210 61 30 417

Super Magnit

предъявителю данного купона



**СКИДКА 10%**  
**сувенирный коньяк**  
**пр-во Армения**

Герасиму Кула 37, Метро Катехаки (р-он Эллиноросон) тел.: 210 61 30 417

# ДЕНЕЖНЫЕ ПЕРЕВОДЫ



**CONTACT=БЫСТРО**

(скорость перевода от нескольких минут)

**CONTACT=КАЧЕСТВЕННО**

(качество расчётов подтверждено  
сертификацией Клирингового центра по ISO 9001:2008)

**CONTACT=НАДЁЖНО**

(информация о переводе передаётся  
по шифрованным каналам связи)



**36.000 офисов обслуживания в 90 странах мира**

**Россия, Украина**

Сумма перевода	Комиссия
1 - 1.000 EUR	3,15%
1.001-5.000 EUR	2,35%
5.001-10.000 EUR	2,00%



Азербайджан, Армения, Беларусь,  
Грузия, Казахстан, Кыргызстан,  
Молдова, Таджикистан, Узбекистан,  
Литва, Эстония, Испания и др.

**Как отправить:**

- Предъявляете паспорт
- Наш сотрудник присваивает переводу номер
- Вносите сумму и комиссию
- Сообщаете получателю номер перевода и адрес банка, где он получит перевод

Сумма перевода	Комиссия
1 - 1.000 EUR	3,25%
1.001-5.000 EUR	2,75%
5.001-10.000 EUR	2,00%

MANIG MONEY SERVICES  
выгодно отличается  
от других компаний  
низкими комиссиями  
и лёгкостью оформления



**КОМПАНИЯ ПРИГЛАШАЕТ К СОТРУДНИЧЕСТВУ  
ЗАИНТЕРЕСОВАННЫХ ЛИЦ  
(ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ, ВЛАДЕЛЬЦЕВ МАГАЗИНОВ,  
МИНИ-МАРКЕТ И Т.П.)  
НА ВЗАИМОВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ**

- ♦ Центральный офис:  
Афины: Омония ♦ ул. Пиреос, 1 (2ой этаж)  
под аркой здания ♦ тел: 210 32 19 204
- ♦ Афины: ул. 3 Сентября, 11 (8ой этаж)  
тел: 211 72 52 296





**краткий справочник эмигранта**



**ЗДОРОВЬЕ**

- ▶ **166 - Скорая Помощь**
- ▶ **184 - Рандеву ИКА**
- ▶ **Кинигопулос Георгий, врач - стоматолог**  
тел. 210 9358 380, 6979 998568  
ул. Патриарху Григорию 25, Неа Смирни
- ▶ **Шабутин Сергей, иглорефлексотерапевт**  
тел. 210 7771608, 210 77 12 606
- ▶ **Людмила, врач - физиотерапевт**  
тел. 210 342 3376, 693 442 7696
- ▶ **АРТ ЛАЙФ биодобавки, косметика Шкарина Ольга**  
тел. 693 2443 645
- ▶ **Валентина, нутрициолог**  
тел. 697 68 40 403
- ▶ **Антипова Татьяна, стоматолог, Н. Фалиро**  
тел. 210 9404 330
- ▶ **Батищев Алексей, гинеколог**  
ул. Патисион  
тел. 210 8652122, 6944443020



**АДВОКАТЫ БУХГАЛТЕРЫ**

- ▶ **Лица Скарцату, адвокат по уголовным делам**  
тел. 210 5224 905, 693 8555143
- ▶ **Сифакис Михалис, бухгалтер**  
28 Октября 28, Неа Иония  
тел. 210 27 59 595, 210 27 90 096
- ▶ **Спарталян Арам, адвокат**  
ул. Солонос 80, Афины  
тел. 210 3620 489, 697 200 9430



**СТРАХОВАНИЕ**

- ▶ **Анжела Аперчой, все виды страхования**  
тел. 211 7252296, 693 8702696
- ▶ **Мария Доли, все виды страхования**  
тел. 6977 623386
- ▶ **Шаповалова Елена, страхование авто-/мото-**  
тел. 210 8641250



**РЕСТОРАНЫ КАФЕ, БАРЫ**

- ▶ **«РУССКАЯ КУХНЯ»**  
тел. 210 52 39 462  
Ул. Менандру 47, Омония
- ▶ **«РАЗГУЛЯЙ»**  
тел. 210 89 43 450, 6939 183250  
Пл. Эсперидон 7, Глифада
- ▶ **«САДКО»**  
тел. 210 94 12 207  
ул. Ламбру Катсони 63, Мосхато
- ▶ **«РОМАНТИК»**  
тел. 210 38 27 500  
ул. Канигос 8, Афины - Центр
- ▶ **«КНЯЖИЙ ДВОР»**  
тел. 210 86 54334, 693 833 9089  
ул. Элпидос 3, Пл. Виктория
- ▶ **«ДИМАРХИО ДЕКАТРИА»**

тел. 210 9635 971, 210 9635 416  
ул. Одос трианда трия 13, Элликонио

- ▶ **«ЛЬВОВ»**  
тел. 210 86 59429, 6948228666  
ул. Мифимнис 27А, Пл. Америкис
- ▶ **«TIBERcafe»**  
Димосфенус 69, Калифея  
тел. 210 9594810, 698 703 5812



**СУПЕР МАРКЕТЫ МАГАЗИНЫ**

- ▶ **«SUPER MAGNIT»**  
тел. 210 61 30 417  
Герасиму Купа 37 & Байрактари, Катехаки
- ▶ **«МОСКВА»**  
тел. 210 94 19 883  
Эл. Венизелу (Тисеос) 220, Калифея, Ост. Агия Элеуса
- ▶ **«АРБАТ», книжный**  
тел. 210 9573 400  
Эл. Венизелу 219, Калифея
- ▶ **«АРБАТ», книжный**  
тел. 210 520 38 95  
Агиу Константину 21, Омония
- ▶ **«Castor», шубы**  
тел. 210 3246660  
ул. Пандроссу 18, Афины
- ▶ **«Acropole», шубы**  
тел. 2117156616  
ул. А. Диаку 1 & Макрияни, Афины
- ▶ **«NuovaModa» одежда-обувь**  
тел. 210 2718104  
ул. Севастияс 59, Неа Иония
- ▶ **ПОДАРКИ**  
тел. 210 9537280  
ул. Димосфенус 221, Калифея
- ▶ **«ГУРМАН» гастроном**  
ул. Флеминг 16 Д, Аг. Ян. Рендис
- ▶ **«Дончанка» мини маркет**  
тел. 26210 25 631  
Пиргос Илиас
- ▶ **«СМАК» кондитерская**  
ул. Эл. Венизелу 78, Калифея  
тел. 210 95 94 940
- ▶ **«Славянка» мини маркет**  
ул. Ахарнон 94, Пл. Виктория  
тел. 210 8238208
- ▶ **Геннадий Сарибекидис Русские продукты**  
ул. Аг. Елевтериу, 13, Ксанти  
тел. 2541300487



**КРАСОТА**

- ▶ **«PRESTIGE» парикмахерская**  
Вас. Ольгас 3, Глифада  
тел. 210 96 314 05
- ▶ **«NADIA Life & Style»**  
тел. 6988 916 558
- ▶ **«BEAUTY SALON»**  
**Бэла Молокова**  
**врач-косметолог**  
тел. 210 98 44 545, 697 3021558
- ▶ **ГАЛИНА, маникюр-педикюр**  
тел. 697 68 40 403
- ▶ **Эмма Медынская**  
**лечебный косметолог**  
тел. 210 5247996, 6996 831 655



**ТУРАГЕНСТВА ПОСЫЛКИ**

- ▶ **«SLAVA TOURS»**  
ул. Вулис 17, Синтагма  
тел. 210 3218648, 2103230412
- ▶ **«NUGZARI TOURS»**  
ул. Вулгари 17, Омония  
тел. 210 5233205, 6932 976043
- ▶ **«ERGO 5»**  
ул. Пиреос 16-18, Омония  
тел. 210 5200038, 210 5229445
- ▶ **«СЕНГЕРИДИС TOURS»**  
ул. Пиреос 1, Омония  
тел. 210 5239788, 210 5230670
- ▶ **«VOLGA TRAVEL»**  
ул. Менандру 81, Омония  
тел. 210 5223002, 210 5226329



**ОБРАЗОВАНИЕ**

- ▶ **РУССКИЙ ДИСТАНЦИОННЫЙ ЦЕНТР**  
ул. Джордж 14, Пл. Каннигос  
тел. 210 3840000, 69462 72794
- ▶ **Игропулу В. Д. греческий язык**  
ул. Проон Политехниу 82, Пиреас  
тел. 210 4811377, 693 20 88 015
- ▶ **EUROLOGOS иностранные языки**  
ул. Ахарнон 43, Афины  
тел. 210 82 33 694
- ▶ **ЦЕНТР ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ ГЛИКЕРИИ КАРИДИ**  
ул. Селинундос 33 & Кавалас, Неа Иония  
тел. 210 2723543
- ▶ **ХЕН ПИРЕА курсы-семинары**  
Ироон Политехниу 82, ПИРЕАС  
тел. 210 41 85080, 210 4181 674
- ▶ **АНЭС студия детского творчества**  
ул. Миаоули № 15а  
Ст. метро "Монастираки"  
тел. 213 0419581, 6945759725



**ПРОЧЕЕ**

- ▶ **«ЯСНОЕ СОЛНЫШКО» видеоклуб**  
ул. Михаил Вода102, Аг. Пантелеймон  
тел. 210 88 198 65, 6932267832
- ▶ **«СОНТАСТ» денежные переводы**  
ул. Пиреос 1, Омония (2 этаж)  
тел. 210 3219 204
- ▶ **«СОНТАСТ» денежные переводы**

- ул. 3 Сентября 11, Омония (8 эт.)  
тел. 211 7252 296, 693 8702 696
- ▶ **MASTER PC, Евгений компьютерное обеспечение**  
тел. 211 4014 899, 6938 403 466
- ▶ **Визитки, брошюры, переводы**  
тел. 693 87 02 696
- ▶ **Ремонт - строительные работы**  
тел. 69099 32 322
- ▶ **Работы в стиле декупаж**  
тел. 694 55 26 664
- ▶ **Визитки и пошив одежды Наталья**  
тел. 697 8136302
- ▶ **Пошив и ремонт одежды (ткань, кожа, мех)**  
тел. 6997 135 816, 210 5247 996
- ▶ **Ремонт и пошив одежды Вероника**  
тел. 697 4253 685, 211 7052 771
- ▶ **ТРУДОУСТРОЙСТВО, ЗНАКОМСТВА**  
**О. КРИТ, ИРАКЛИО,**  
ЛАХАНА 4, тел. 2810343861

**185 СПРАВКА О РАБОТЕ ТРАНСПОРТА**



**ПОСОЛЬСТВА КОНСУЛЬСТВА**

- ▶ **ПОСОЛЬСТВО РОССИИ**  
Палео Психико,  
ул. Никифору Литра 28  
тел. 210 6726130, 210 6725235
- ▶ **КОНСУЛЬСКИЙ ОТДЕЛ РФ**  
Афины, 152 32 Халандри  
ул. Дзавелла 5  
тел. 210 6742949, 210 6728849
- ▶ **РОССИЙСКИЙ ЦЕНТР НАУКИ И КУЛЬТУРЫ (РЦНК)**  
Афины, 152 32 Халандри  
ул. Дзавелла 5  
тел. 210 6778389, 210 6778752
- ▶ **КОНСУЛЬСТВО УКРАИНЫ**  
Филотеи, ул. Стефану Делта 4  
тел. 210 6856172
- ▶ **КОНСУЛЬСТВО МОЛДОВЫ**  
Афины, Филотеи, ул. Г. Баку 20  
тел. 210 6990372
- ▶ **КОНСУЛЬСТВО АРМЕНИИ**  
Афины, ул. Сингру 159  
тел. 210 9345727

**ДОСТАВКА ПОСЫЛОК ПО СТРАНАМ СНГ**

Россия	2,55€	Казахстан	1,95€
Белоруссия	1,55€	Узбекистан	2,25€
Украина	1,55€	Киргизстан	2,25€

В окончательную стоимость посылки включается стоимость обязательной обработки:  
5,50 € за посылку весом до 10 кг, 8,50 € - свыше 10 кг  
Россия - от 12 до 19 кг  
Белоруссия - от 12 до 20 кг  
Др. страны - от 7 до 30 кг

**211 01 40 779**  
**6979 854 650**

**ОТПРАВЬ ПОСЫЛКУ - ПОЛУЧИ ПОДАРОК ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ**





**Греческая кухня**

**КЕФТЕДЕС**



базилика. Приправьте фарш по вкусу солью и перцем и слепите из него небольшие шарики (диаметром 2.5-3 см), обваляйте в панировочных сухарях и жарьте в раскаленном оливковом масле. Готовые кефтедес сразу же подавайте на стол.

**Для рецепта вам потребуются:**

- говядина (или баранина) без косточек - 500г
- лук репчатый - 1 луковица
- яйцо - 1 шт.
- оливковое масло для жарки
- листочки мяты - по вкусу
- панировочные сухари 1-2 ст.л.
- соль, перец, листья базилика (по вкусу)

Пропустите мясо через мясорубку, соедините с пропущенной через мясорубку луковичей, измельченными листьями мяты и

**СРОЧНО НУЖНА ПОМОЩЬ!**

Пожар ночью в конце декабря 2010 г. в доме у Антоновой Зинаиды чуть не стоил жизни ее 12-летней дочери. Зина с мужем сильно пострадали от огня. Девочка сейчас находится в реанимации (Аг.София) с 50% внутренним ожогом, а сама Зинаида с сильными ожогами рук на днях выписалась из больницы ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΓΕΝΝΗΜΑΤΑΣ. Из всех членов семьи Антоновых не пострадал только 8-летний сын Зины. **СЕМЬЯ БЕЗ КРОВА, БЕЗ ДОКУМЕНТОВ, БЕЗ ДЕНЕГ, В ТЯЖЕ-**

**ЛОМ СОСТОЯНИИ.** Можете позвонить по телефону 697 440 72 88 (отвечает Раиса, подруга пострадавших, которая и организовала сбор помощи для семьи Антоновых) Материальную помощь семье можно оказать, перечислив деньги на банковский счет:

**ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ, ΑΡΙΘΜΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: 173 / 614818 - 27 ANTONOVA ZINAIDA VIKTOR ANTONOVA VIKTORIJA DIMITRIJS**

**ВНИМАНИЕ!!!**  
**ВОЗМОЖНОСТЬ ОТПРАВИТЬ ДЕНЬГИ**  
**ИЗ ЛЮБОЙ ТОЧКИ ГРЕЦИИ**  
**ПОЛОЖИВ НА СЧЕТ В БАНКЕ**

**MARFIN EGNATIA BANK**  
**MANIG MONEY A.E.**  
**НОМЕР СЧЕТА: 0307098422**

**ALPHA BANK**  
**MANIG MONEY A.E.**  
**НОМЕР СЧЕТА: 260002002001388**

ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕЛ. **210 321 9204**



**ΠΙΡΓΟΣ ΙΛΙΑΣ (ΗΛΕΙΑ)**  
**Магазин ДОНЧАНКА**

- ~ русские, болгарские, румынские продукты
  - ~ офис по трудоустройству
  - ~ пресса и книги на русском языке
  - ~ ΞΕΝΟΣ ΤΥΠΟΣ
  - ~ телекарты, русская косметика, травы, духи
  - ~ агент компании ΜΙΣΤ- посылки, билеты
  - ~ организатор корпоративов в рай-не ΗΛΕΙΑ
- часы работы **8.00-15.00, 17.00-21.00**  
среда **8.00-15.00**, воскресенье выходной  
тел. **26210 25 631, 694 827 2252**

**Татьяна Черных**



**ОБЪЯВЛЕНИЯ**

**Требуется семейная пара в дом на о.Хиос.** Женщина по уходу за детьми и по дому, мужчина - для ухода за садом.  
тел. 211 72 52 300  
69886887929

тел. 6973281288  
2106143755

**Ответственная babysitter** с опытом работы, некурящая, ищет работу  
тел. 6937855623

**Сервис на дому.** Установка и ремонт сантехники (смесители, краны, стиральные машины), электротехнические работы, ремонт жалюзей (банджюри), и др. мелкие работы по дому.  
тел. 2109843107  
кин. 6972122344, Геннадий

**Электрик** из Белоруссии ищет работу.  
тел. 6973287290  
Сергей (рус яз)

**Сдается** 2хкомнатная квартира 40 кв.м., р-н Калифея, ул. Сингру, 1 этаж.  
тел. 210 48 11 377  
моб. 6932088015

**Продается** 3хкомнатная квартира, 86 кв.м., 5 этаж, р-н Агиос Янис Рендис.  
тел. 210 48 11 357  
моб. 6932088015

**Продаются** 2 раскладных дивана (2х- и 3хспальный)  
Тел. 6973021558

**Продается** буфет, р-н Омония с постоянной клиентурой.  
Тел. 210 52 42 946

**НОВЫЙ КЛУБ в Киято Коринфияс приглашает на работу девушек-женщин с приятной внешностью (официантки, barwoman).**  
**Тел. 6976840403**

**Дипломированное обучение** массажу и выравниванию ауры.  
Тел. 2121021924, 6972714144, 6993579523 (с 10 до 18:00)

**Продается** квартира 75 кв.м. 43.000 евро, р-н Керацини  
Тел. 698 8687 929

**Продается** квартира 86 кв.м. 62.000 евро, р-н Пл. Америкис  
Тел. 698 8687 929

**Английская фирма NSP приглашает к сотрудничеству. Возможность дополнительного заработка.**  
**Тел. 6988687929**

**Приглашаем к сотрудничеству фирмы и частных предпринимателей. Рассмотрим ваши предложения.**  
**Тел. 211 7252 300**

**Требуются женщины помощницы по дому, по уходу за престарелыми и детьми.**  
**тел. 211 72 52 300**  
**697 68 40 403**

**Ищу работу, эксотерики,** в утреннее или ночное время по уборке дома или кабинета. Вожу машину.  
тел. 6970163308

**Ищу работу с престарелыми** не лежачими.  
тел. 6970392783, Вера

**Парикмахерские услуги.** Выезд на дом.  
тел. 6978653125

**Хореограф** с большим стажем ищет работу.  
тел. 697 41 96 163  
Лариса

**Желаю** сотрудничать с адвокатской конторой.  
тел. 210 88 244 97  
6955 10 28 47  
Иоанна

**Сниму комнату** с подселением или комнату под ключ. Или гарсоньеру недорого.  
тел. 6908631528

**Приобрету в рассрочку** 2х или 3хкомнатную квартиру, цена до 80 тыс.  
тел. 6970049297

**Сдается** комната для жилья (максимум на 2 человека). 16 кв. м. Ул.Маврогенус 8-а, 1 этаж (по ул. Ахарнон 150). Метро Аттики.  
тел. 2105201487  
6973281288

**Сдается** в аренду помещение 170 кв.м. район Неа-Кифисья, 500 евро.  
тел. 6973281288  
2106143755

**Сдается** в аренду автосервис. Имеется лицензия на все виды автомобильных работ. Район Неа-Кифисья.  
тел. 6973281288  
2106143755

**Распродажа в связи с закрытием магазина: книги и DVD по СНИЖЕННЫМ ЦЕНАМ.**  
Тел. 6988687929

**Продается** Джип Форд-Маверин 2005 г., кожаный салон, нагрев сидений, 2300 куб., пробег 60 000 км. Состояние отличное. Цена 7.500 евро.

**Если хочешь знать**

Выражения «Око за око», «Манна небесная», «Козёл отпущения», «Всеу своё время» и многие другие, которые мы используем в повседневной жизни, как мы знаем, берут своё начало в Библии.

Что происходит вокруг нас и что нас ожидает впереди - вновь мы узнаем, исследуя Библию.

Если Вы чувствуете, что наконец-то, пришло Ваше время познакомиться с этой Великой Книгой - мы ждём Вас!

Церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня.  
Афины, Омония, ул. Керамику 18

тел.: 6946 07 62 27

