ежемесячная
бесплатная
газета

МОЯ Мальта

июнь
2010

Июнь на Мальте

отмечен двумя важными праздниками в истории острова – Сетте Джуньо, с которого началась долгая дорога к Независимости, и Мнарьей – популярным фольклорным событием. В этом же месяце открывается долгожданный летний сезон: в прогревшееся море лезут даже мальтийцы! А тем, кто грустит по уходящей весне, все еще рано печалиться: в июне распускается палеоцентаурея – национальное растение Мальты и поспевает первый урожай инжира.

Встречаем лето на **стр. 4**

Английский на Мальте

Узнаем об особенностях обучения английскому для детей и взрослых.

Идем как на учебу на **стр. 8-9** и вырезаем купон на бесплатный урок на **стр. 10**

Морщины – враг № 1

Если ваша подруга бальзаковского возраста неожиданно помолодела, а на вопрос «Как тебе это удалось»? рассказывает про чудодейственную силу фруктовой маски – не верьте! Единственный безопасный, эффективный и быстрый способ обмануть природу и вернуть молодость без операционного вмешательства – это **жидкая подтяжка.**

Избавляемся от морщин на **стр.11**

Ваш досуг

Узнаем все на **стр. 2 – 3**

Вопросы к консулу!

Двойное гражданство.

Все четко и ясно на **стр. 10**

Вечный город

Рим! Лучше один раз увидеть (а возможно, и не один...).

Впечатлениями делится А. Хомко на **стр.12**

Любителям приключений

Дайвинг в районе Чиркеввы и однодневные спорт-туры на Сицилию.

За новыми впечатлениями на **стр. 6-7**

Биоритмы и... целлюлит

Как использовать биоритмы в лечении целлюлита

Изучаем все тщательно на **стр.5**

June5.qxp 5/21/09 10:42 PM Page 2

Культура

Современная музыка:

Earth Garden Festival - с 05 по 06 июня, Национальный парк, Ta' Qali

Музыкальная неделя на Мальте (25 – 30 июня):
G7 Fridays в клубе Gianpula (окрестности Рабата) – 25 июня. Специальный гость INNA, а также мальтийские ди-джеи Tony Tony, Pierre Cordina, JJoy. Билеты – 6 EUR

Ministry of Sound Festival 2010 в клубе Gianpula (окрестности Рабата) – 26 июня. Ди-джеи Calvin Harris, Dash Berlin, Mark Knight, Kate Louise Smith, Guy J, Johannes Heil and Okain. Билеты – 25 EUR

Creamfields Malta 2010 в Ta' Qali (окрестности Рабата) – 28 июня. Ди-джеи Eric Prydz, Ferry Corstein, Pete Tong, Dubfire, Dave Clarke, Nic Fanciulli, Davide Squillace
Билеты – 35-40 EUR

Isle of MTV 2010 на площади Fosos, Floriana – 30 июня. Самый крупный фестиваль современной музыки этого лета на Мальте. Подтвержденные специальные гости – *Kid Rock, Scissor Sisters и Kelis*. Вход бесплатный

Изобразительное искусство:

Выставка работ Эдварда Каруаны Дингли
Дворец Великого Магистра, Valletta – до 06 июня

Выставка работ Люпко Самардзинского
Оберж д' Итали, Valletta – с 01 по 25 июня

Фольклор:

Ghana fest – трехдневный фестиваль аны, мальтийской традиционной песни – 04, 05 и 06 июня в ботаническом саду Argotti, Floriana

Notte Scarlata – фестиваль в деревне Sannat, Gozo с элементами средневековой культуры – 04, 05 и 06 июня

Festival Marittimu Senglea – «морской» фестиваль на набережной в Сенглее – 05 и 06 июня

Legend… alive! – музыкальный и театральный фестиваль в деревне Xaghra, Gozo – 11 и 12 июня

Cultural moments – фестиваль в городе Msida – с 11 по 13 июня

Mostafest – фестиваль в городе Mosta – 12 июня

Lejla Maltija, «Мальтийская ночь» в Qormi – 18 июня

Merhba is-Sajf, «Здравствуй, лето» – музыкальный фестиваль в городе Zabbar – 21 июня

Экскурсии

Программа групповых экскурсий на русском языке

Понедельник: Валлетта и историческое наследие Мальты.
Вторник: Мдина.
Среда: Три города (Витториоза, Сенглеа и Коспикуа).
Четверг и суббота: Гозо.
Воскресенье: Голубой Грот, история известняка и рынок Марсашлокк.
Тел. 2137 0057, 9921 4061

Мероприятия Российского Центра Культуры и Науки

36, Merchants Str., Valletta
Тел: 2122 2030

10 июня – выпускной вечер *Школы русского языка Российского центра* инсценировка рассказов А.П.Чехова

Фильмы
3 июня – *«Мой ласковый и нежный зверь»*, худ. фильм на русском языке, английские субтитры (по рассказу А. П. Чехова «Драма на охоте»)

17 июня – *«Николай Первый»* фильм на русском языке, английские субтитры

24 июня – *«Царь Салтан»* – художественный фильм для детей на русском языке

Выставки
1-30 – фото-информационная выставка *«Россия А.П.Чехова»*

1-30 – книжная выставка *«Любимый Чехов»*

7-18 июня – выставка живописи московского художника *Александра Харитонова*

Армянская диаспора Мальты

В связи с 65-летним юбилеем победы в Великой Отечественной Войне в столице Мальты, Валлетте, прошла церемония возложения цветов к армянскому Хачкару, установленному в центре Валлетты.

В церемонии приняли участие члены правления Армянской диаспоры Мальты во главе с Председателем Верой Бояджян, директором Российского центра науки и культуры на Мальте Сергеем Медведевым, а также Руководителем Координационного Совета российских соотечественников на Мальте Снежаной Бодиштяну.
Собравшиеся отдали дань памяти и уважения воинам, погибшим в годы Великой Отечественной Войны.

Религия

Благовещение 6 июня, Tarxien
Феста св. Иосифа
6 июня, Ghaxaq
Тело Христово
6 июня, Rabat, Ghasri (Гозо)
Феста св. Филиппа
13 июня, Zebbug (Мальта)
Феста св. Антония
13 июня, Ghajnsielem (Гозо)
Феста Богородицы лилий
20 июня, Mqabba
Феста св.Катерины
20 июня, Zejtun

Св. Сердце Иисуса
20 июня, Fontana (Гозо)
Феста Богородицы Та' Пину
22 июня, святилище Та' Пину (Гозо)
Феста св. Николая
27 июня, Siggiewi
Феста св. Георгия
27 июня, Qormi
Святое Сердце Марии
27 июня, Burmarrad
Феста св. Иоанна Крестителя
27 июня, Xewkija (Гозо)
Феста свв. Петра и Павла
29 июня, Mdina, Nadur (Гозо)

История

Парад In Guardia 6, 13, 20, 27 июня
Инсценировка подлинных исторических событий рыцарской эпохи.
Валлетта, Форт St. Elmo, 11:00

Круиз по Великой Гавани, посвященный событиям Великой осады Мальты (1565). 22 июня
Записаться на нее можно во всех музеях Heritage Malta

Природа

Летнее равноденствие – экскурсия с гидом в мегалитические храмы Хаджар Им и Мнайдра. Записаться на нее можно во всех музеях Heritage Malta – 21 июня

Туры от Nature Trust Malta
Плавание на каяках по Mellieha Bay – 19 июня. Бронирование по эл. адресу annalise.falzon@gmail.com

Туры от кураторов парка il-Majjistral
«Вода и ландшафт»: прогулка по парку с археологом К. Бухаджаром – 12 июня (вечер)

«Летнее равноденствие»: прогулка по парку на закате вместе с членами Мальтийского астрономического общества – 21 июня (вечер)
Дополнительная информация по эл. адресу walks@majjistral.org

Путешествия

Продолжается продажа билетов на чартерные рейсы в Киев. Даты проведения чартерной программы: 19/06 – 28/08 2010.
Вылеты по субботам из Киева и по пятницам из Мальты. Стоимость билета с вылетом из Киева от 335 евро. Специальное предложение на перелеты Мальта-Киев 19 и 26 июня.

Более подробную информацию о мероприятиях можно получить в редакции газеты «Моя Мальта»
(Контакты на стр. 10)

Мероприятия Координационного Совета Российских Соотечественников на Мальте

С 5 по 19 июня – фестиваль «Маленькая Мальта» – это праздник хоровой музыки, в котором принимают участие самые маленькие певцы. Приглашены детские хоровые коллективы из России и СНГ. С 25 июня по 2 июля – ежегодный международный фестиваль молодых исполнителей «Хрустальная Магнолия».
Это один из крупнейших международных фестивалей-конкурсов. Его основные цели и задачи – объединение участников, взаимодействие разных культур, обществ, традиций, продуктивное общение людей; изучение творческого потенциала молодых талантов, обмен опытом и музыкальными идеями, популяризация детского и юношеского творчества, повышение их профессионального уровня; поиск и продюсирование талантливой молодежи; пропаганда здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи; укрепление международных связей и сотрудничества через культуру и спорт.
Участвует группа «НЕПОСЕДЫ», танцевальные и музыкальные коллективы. В рамках фестиваля пройдет также шоу-показ мод. Подробная программа – на сайтах: www.russian-malta.com и www.rbsm.ru

В мае этого года на Мальте прошли гастроли **московского театра «МЕЛ».** Помимо детских спектаклей «Буратино» и «Незнайка», 9 мая в столичном Театре Маноэль играли спектакль «А зори здесь тихие...» – в память о 65-ой годовщине со дня победы в Великой Отечественной войне.
О «мальтийской страничке» в истории театра «МЕЛ» нам поведала Елена Махонина, его художественный руководитель.
- Я ведь на Мальте не впервые, – говорит она. – Еще в далеком 1998 году префектура Москвы меня «наградила путевкой» на этот замечательный остров, причем – какое совпадение! – я жила в Буджиббе. Но с этого мое знакомство с Мальтой, как выяснилось, только начиналось...
Спустя несколько лет, благодаря другу нашей семьи актеру Александру Панкратову-Черному, мы познакомились с Евгением и Снежаной из RBSM, которые и пригласили нас к себе с гастролями. Мы так воодушевились, что успели собраться и оформить все документы для поездки буквально за одну неделю! В 2005 году, в день 60-летия нашей великой Победы, мы играли на Мальте спектакль «А зори здесь тихие...» Бориса Васильева. Его же мы отыграли и спустя пять лет, в этом году, на сцене старинного театра XVIII века, построенного Великим Магистром Маноэлем де Виленой.
Я успела понять, что увлечение театром не так уж и популярно на Мальте. Тем более нам было приятно, что зал был полон! И взрослые, и дети, и островитяне, и наши соотечественники пришли, чтобы пережить вместе с нашими актерами пронзительную драму «Зорь», отдать таким образом дань героям войны. Большое спасибо всем нашим зрителям.
За время гастролей на Мальте актерам театра удалось найти и делу время, и потехе – час.
- Мы съездили с экскурсиями в Валлетту и Мдину, - говорит Елена, - провели денек на соседнем острове Гозо, загорали и купались. Какие же изумительные и яркие на Мальте краски – белый и желтый камень, бирюзовое, совсем летнего цвета море. А какой покой! Сюда хорошо вырываться время от времени из суматошной Москвы... Кстати, именно это мы и планируем сделать в октябре!

Июнь на Мальте

Кровавая суббота

События, произошедшие в Валлетте 7 июня 1919 года (Sette Giugno), чем-то схожи с нашим Кровавым воскресеньем: солдаты стреляли в безоружную толпу. Но мальтийцы в тот день не были настроены миролюбиво...

После окончания Первой мировой войны Мальта переживала не лучшие времена. Не хватало продовольствия, цены на хлеб взлетели до небес, многие рабочие остались без мест, а те счастливчики, что не попали под сокращение, не могли прокормить семьи на свои мизерные жалования. Впрочем, это касалось не всех: дела импортеров зерна и мукомолов процветали.

В начале 1919 года состоялось первое заседание Национальной Ассамблеи, в которой участвовали ведущие политические силы Мальты.

Ее главной задачей было написание проекта Конституции, который предполагалось передать правительству Великобритании на рассмотрение. Мальтийцы чувствовали, что пора начать борьбу за самоопределение.

Отстаивать свои права без кровопролития, увы, не получилось. 7 июня 1919 года взбунтовалась толпа, собравшаяся в Валлетте, чтобы поддержать участников Ассамблеи. Разъяренные люди стали врываться в особняки зажиточных торговцев, срывать британские флаги, громить общественные здания...

Горстка военных, брошенная против тысяч бунтовщиков, вынуждена была обороняться, и трое мальтийцев пали под пулями. Еще один погиб на следующий день, заколотый штыком. По счастью, мальтийский бунт не стал «бессмысленным и беспощадным» – напротив, он ускорил экономические и политические реформы.

В ходе первых удалось справиться с безработицей, благодаря вторым Мальта получила Конституцию и право решать свои внутренние дела самостоятельно.

Так, события Сетте Джуньо стали первым шагом на пути к обретению Мальтой Независимости.

Петр и Павел

29 июня – день памяти мученичества свв. апостолов Петра и Павла. Этот церковный праздник с течением времени оброс множеством традиций и стал одним из самых «народных» и веселых праздников на Мальте.

Считается, что на островах он отмечался с XIV века. Однако по-настоящему важным празднеством он стал при рыцарях-иоаннитах.

Традиционно день свв. апостолов Петра и Павла отмечался в Рабате (у грота св. Павла) и Мдине (где проходила пышная религиозная процессия). И храм, и бастионы древней столицы Мальты в канун фесты были украшены сотнями ламп и свечей. Это сейчас золотящиеся каждый вечер фортификации Мдины никого не удивляют, а в те давние времена волшебное зрелище утопающего в свету города было таким необычным, что дало название празднику, под которым он известен и по сей день. Имя его – Мнарья (от итал. Luminaria), что значит «свет, иллюминация».

Крестьяне, стекавшиеся на праздник со всех концов острова, не ограничивались участием в процессии.

Они отправлялись в близлежащий лес Бускетт, где устраивали пикники с крольчатиной и домашним вином. А еще – танцевали, пели под гитару, сплетничали, сводничали, ссорились и мирились. Так из досуга «веселых поселян» родилось подобие фольклорного фестиваля, который популярен и по сей день. На Мнарью также проводятся скачки и сельскохозяйственная выставка.

С этим праздником связана еще одна любопытная романтическая традиция. В XVIII и XIX веках каждый уважающий себя жених обязан был вывезти свою невесту в Бускетт на Мнарью.

До наших дней, увы, эта традиция не дожила: современные мальтийские девушки предпочитают проводить медовый месяц, как минимум, в Париже!

Живое ископаемое

В июне на Мальте цветет одно из самых необычных здешних растений – палеоцентаурея. Чем же оно знаменито?

Во-первых, это эндемический цветок – то есть растет только на Мальте и нигде больше в мире. Во-вторых, это настоящий «обломок эпохи», поскольку принадлежит к растениям плейстоцена (Ледникового периода). В-третьих, у него очень забавное мальтийское название – виднет ильбахар, что переводится как... «уши моря»! Растет он на отвесных береговых утесах, близко от воды, и, похоже, действительно внимает музыке (или речам?) моря, покачивая на ветру пушистыми малиновыми цветками на длинных стеблях. Наконец, в-четвертых, палеоцентаурея – национальный цветок Мальты. Впрочем, последнее как раз неудивительно...

Это растение нелегко обнаружить в дикой природе. Самое известное место, где можно полюбоваться на него – устье долины Бабу, что в окрестностях Голубого Грота.

А вот на городских клумбах палеоцентаурея встречается очень даже часто. Более того, его (как и другие мальтийские растения) можно вырастить и самим, купив саженец в питомнике Gaia (Туффиха).

Мальтийская смоковница

Сушеные фиги – любимое лакомство детства, однако свежие плоды не в пример вкуснее. Если вы оказались на Мальте в конце июня, у вас есть отличный шанс их попробовать!

Первые летние плоды инжира называются «фигами св. Иоанна» (bajtar ta' San Gwann), потому что день поминовения этого святого отмечается 24 июня. Сходит этот урожай слишком быстро, поэтому не удивляйтесь, что они недешевы.

Однако не стоит отказывать себе в удовольствии полакомиться фигами – ароматными и терпко-сладкими, совсем как благословенное мальтийское лето.

Целлюлит и ...биоритмы

История вопроса

Интерес к регулярному повторению физиологических процессов в организме человека не ослабевал на протяжении многих веков. Уже два с половиной тысячелетия назад древнегреческий поэт Архилах написал: «Познай, какой ритм владеет людьми».

Все в природе стремится к равновесию и подвержено периодическим изменениям. Периоды наибольшей активности чередуются с периодами относительной пассивности: так организм восстанавливается и накапливает утраченные силы. Это уникальное свойство живой природы и называется биологическими ритмами.

Великий Гиппократ заметил, что смена времен года влияет на общее состояние людей. Исследования Роджера Бэкона и Иоганна Кеплера были основаны на принципах ритмичности. Современная наука успешно развивает новое направление исследований – хронобиологию. Достижения отечественной биоритмологии используются в организации режима труда и отдыха и направлены на физическое совершенствование человека и повышение его работоспособности.

Знания о биологических ритмах имеют огромное значение для медицины. Благодаря им появились такие направления, как хрономедицина, хронодиагностика, хронопрофилактика и хронотерапия.

Обмен веществ

Все процессы в нашем организме проходят под влиянием биоритмов, и жировой обмен не исключение. Наверняка вы замечали за собой, что в какие-то определенные моменты можете съесть все, что угодно, а когда-то, наоборот, воротите нос от самых изысканных лакомств. Это происходит потому, что организм то накапливает жиры, то их расщепляет. Поэтому в первом случае наша потребность в пище возрастает, а во втором – ослабевает.

Если говорить только о жировом обмене, то существует, как минимум, четыре биоритма – суточный, недельный, месячный и сезонный. Именно под них мы и должны подстраиваться, чтобы запустить процессы похудения в организме.

На женский аппетит влияет также менструальный цикл: наибольшее количество жиров расщепляется начиная с седьмого по двенадцатый день цикла, переход происходит примерно на четырнадцатый-пятнадцатый день, а усиленное накопление жиров начинается в период с двадцать второго по двадцать шестой день месячного биоритма, который связан напрямую с женской физиологией.

А это значит, что рацион следует составлять с учетом этих факторов: вовремя ограничить потребление жирной и калорийной пищи, сладостей, питание сделать дробным, а в случае необходимости ввести еще большие ограничения в свою диету.

При суточном биоритме жирового обмена максимальное расщепление жира происходит с семи до девяти часов утра. С часу до двух дня следует некий переход в другую «плоскость», а с 18 до 21 часов вечера запускается процесс накопления жиров.

Даже если вам совершенно не хочется завтракать, перекусить все же следует, причем калорийными продуктами.

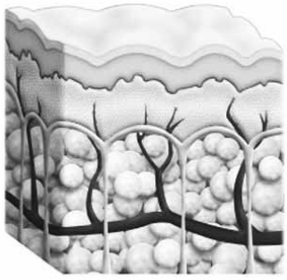
Ужинать же лучше чем-то легким. Оптимальными вариантами для вечерней трапезы могли бы стать большая порция овощного салата с нежирной заправкой или лимонным соком или же разумная порция рыбы или мяса с любым гарниром.

Целлюлит и биоритмы

Специалисты из компании Vichy доказали, что в течение суток, в зависимости от ритмов, проявление целлюлита видоизменяется.

Принимая во внимание этот факт, ими было разработано средство Виши Целлюметрик (Vichy Cellumetric) – качественно новый шаг в борьбе с устойчивыми проявлениями целлюлита.

Это средство на 100 % учитывает биологические ритмы формирования жировых отложений. Когда организм потребляет меньше энергии, целлюлит укрепляет свои позиции: в ночное время клетки жировой ткани увеличиваются в объеме и оказываются зажатыми между соединительно-тканными волокнами; кожа приобретает характерную бугристость («апельсиновая корка»).



Целлюлит наиболее заметен в утренние часы из-за вертикальной структуры жировых долек, а также из-за того, что жидкость не успела еще перераспределиться по всему организму под действием силы тяжести.

Как это работает

Vichy Cellumetric сочетает в себе две формулы – дневного и ночного действия, с помощью которых можно бороться с проявлениями целлюлита круглосуточно.

Применение Vichy Cellumetric рассчитано всего на 14-дневный курс против самого устойчивого целлюлита (по одной упаковке, 8 мл, ночью и днем). Днем работает сыворотка Vichy Cellumetric, в состав которой входит кофеин и марганец. Она расщепляет и уменьшает количество жировых отложении, разглаживая тем самым бугристую кожу.

Ночью же в ход идет специальная формула ночного геля Vichy Cellumetric, в состав которой входят кофеин и рутин. Гель Виши препятствует накоплению липидов в жировых клетках и ускоряет их уничтожение.

Через 14 дней (при условии ежедневного применения антицеллюлитного средства Vichy Cellumetric) кожа с «апельсиновой коркой» разглаживается на 20%, а количество жировых отложений в нижней и верхней части бедер уменьшается на 1 см.

Максимального эффекта от использования Cellumetric можно достигнуть, применяя эти средства вместе с технологией SmoothShapes, о которой мы рассказали в майском выпуске газеты «Моя Мальта». Такая комбинация позволяет достигнуть лучших результатов, отчего кожа станет намного глаже.

Наши читатели уже успели познакомиться с островом Сицилия (см. выпуски газеты «Моя Мальта» за март и апрель 2010 года).
Мы всячески рекомендовали это направление любителям истории и культуры Средиземноморья, однако Сицилия будет также невероятно интересна и тем, кто предпочитает активный отдых.
В этом году резиденты и гости Мальты смогут отправиться туда на пароме не только в однодневную экскурсионную поездку, но и в короткие приключенческие и спортивные туры. Чем же может этот остров порадовать любителей активного отдыха?

Квадроциклы

Выбравших этот тур ждет захватывающая поездка по пересеченной местности. Названий городков, рядом с которыми проходит маршрут, не найти на туристических порталах и даже обычных интернет-картах – это самая настоящая сицилийская глубинка. Путь пройдет по склону горы Сан Маттео, через реку и известняковый каньон с остановкой на побережье Иблеа с кристально чистой водой.
Пообедают путешественники на типичной сицилийской ферме. Инструктаж по поездке проводится на Сицилии. Обязательно иметь при себе международные права, подходящую одежду и обувь.

Горные велосипеды – прогулка по Иблейским горам

Отправная точка велопробега – сосновый лес Кьарамонте. Там группа получает велосипеды (впрочем, при желании можно привезти с Мальты свой велосипед бесплатно).
После небольшого подъема на гору путь через лес и долины пройдет вдоль заброшенной железной дороги Рагуза – Сиракузы.
Обедать велосипедисты будут в типичном сицилийском ресторанчике в Калафорно, после чего продолжат свой путь.
Следующая остановка – этнический / антропологический музей под открытым небом в городе Гиарратана, где также можно будет попробовать местный сыр, вино и знаменитую белую нугу.

Треккинг

Горы Сицилии – идеальное место для любителей спортивного туризма и активного отдыха. Восхождение по горным склонам под жарким средиземноморским солнцем – это не легкая прогулка, а испытание на прочность для сильных духом. Однако, как утверждает популярная песня, именно в горах возможно отыскать победу над собой!

Каньон

Этот тур интересен любителям и археологии, и первозданной природы. Каньон глубиной в 520 м является самым большим и заслуживающим внимания в Иблейских горах. Неподалеку от него – несколько озер и каскадных водопадов с изумрудной водой, окруженных белыми скалами. Флора и фауна этой части острова также необычайно разнообразна – множество рыб, водоплавающих животных и птиц, а также кроликов, дикобразов и лис.

Поход начинается со спуска по античным ступеням от пещеры *Cava Grande del Cassible*. С нахоженной тропы путешественники любуются живописными видами на долину, водопады и пруды.
После старинной византийской деревушки, лежащей на пути, дорога идет вдоль реки до целой группы горных озер с чистейшей водой.
Здесь, в этом диком и прекрасном уголке можно отдохнуть и искупаться. А затем – с некоторым сожалением повернуть назад, до отправной точки маршрута.
После обеда в типичном сицилийском ресторанчике путешественники отправятся в город Ното, где у них будет время полакомиться местными деликатесами и осмотреть достопримечательности.

Всемирное историческое наследие (Панталика)

Это, как и тур по каньону, легкая экскурсия. Оденьтесь и обуйтесь соответствующе, а вот никакого специального снаряжения вам не понадобиться. Кстати, в этот тур можно (и нужно) пойти с детьми. Панталика – место необычное даже для Сицилии, где не перестаешь удивляться разнообразию пейзажей.
Здесь все напоминает декорации к фильмам о Диком Западе: долина похожа на североамериканские каньоны.
Благодаря тому, что воды здесь достаточно в течение всего года, флора и фауна Панталики богатейшие. Это место человек, разумеется, не мог обойти своим вниманием – некрополь Панталики содержит более 3000 гробниц, вырубленных в скалах Иблейских гор под открытым небом.
Маршрут идет вдоль реки Кальчинара до смотровой точки (Бельведер), откуда открывается вид на некрополь. По пути можно будет искупаться в близлежащих озерах. Путешественники также увидят античный акведук Галермо, который датируется греческой эпохой, и византийскую часовню, вырубленную в скале.

Но на этом экскурсия не кончается! После возвращения назад той же дорогой туристов отвезут на микроавтобусах в Кастелло дель Принсипе, чтобы исследовать византийскую деревню.
После обеда на местной ферме путешественники отправятся в Палаццоло-Акрейде, к руинам Греческого театра и многим другим памятникам античности.

Иблейское сафари

В этом туре вас ждут катание на внедорожниках, исследование пещер, верховая прогулка, а на закуску – обед из типичных блюд провинции Рагуза.
Сначала мы отправимся на внедорожниках к старинным шахтам, где в XIX – XX веках добывали смолу, которой в то время покрывали дороги европейских и других городов. Здесь можно будет спуститься в пещеры на глубину около 60 м.

После этого мы поедем на джипах в долину реки Ирминио. Когда-то по ней бойко плавали суда, однако сейчас это нетронутый уголок. Дорога пройдет вдоль тропинок, источников и ручьев.
Мы устроим привал на озере Св. Розалии, где попробуем местные деликатесы, а после обеда совершим верховую прогулку по берегу. Затем доедем до Рагузы, где сможем погулять и купить сувениры.

Забронировать все эти туры можно в компании Avatar Ltd по телефону (+356) 9921 4061 или эл. почте info@avatar-malta.ru

Летом они проводятся несколько раз в неделю. Стоимость – от 133 евро (включая билеты на паром, прокат снаряжения и обед).

ПОДВОДНАЯ МАЛЬТА

С Михаилом Умновым

Чиркевва: Подводная Мадонна

Остров Мальта похожа на кусок швейцарского сыра – так много здесь гротов. Они редко пустуют – почти в каждом из них обязательно стоит статуя или изображение Мадонны... Причем не только на земле, но и под водой!
Своеобразное «паломничество» к подводной Мадонне Мальты можно совершить в местечке Чиркевва (Cirkewwa), откуда отправляются паромы на соседний остров Гозо. Над водой здесь, кажется, делать особо нечего – разве что любоваться панорамными видами на острова Комино и Гозо. Однако стоит спуститься в море... Этот дайв считается легким и очень популярен среди покорителей глубин Мальтийского архипелага. Однако дело не только в легкости погружения: дайверов ждут как рукотворные, так и природные достопримечательности.
Самый главный из них, конечно, статуя Мадонны, которая помещена в небольшой естественный грот на глубине 18 м. В этом году она отметила свое 23-летие с момента установления! Риф полон морской жизни. Валуны у основания скалы обжиты морскими окунями, угрями и муренами. Выше царят осьминоги, морские лещи, губаны. Среди других обитателей – апогон, радужный губан, морской ерш, а на песчаной кромке иногда можно встретить и рыбу-удильщика.

Другая достопримечательность этого рифа – арка Cirkewwa (в северной части), похожая на шатер с обрезанным верхом и с мостом на вершине. Маршрут проходит по небольшой долине, покрытой морской травой, на глубине 10-15 м.
По левую сторону береговой линии, которая образует риф, видна и сама арка. Здесь в небольших расщелинах полно апогонов, встречаются крупные раки-отшельники. Своды арки усеяны оранжевыми и жёлтыми подушечками кораллов Astroides – у них известковый каркас, покрытый мягкой тканью. Всюду снуют морские лещи, рыбы-попугаи, раскрашенные чесальщики и множество других жителей подводного мира. Продолжительность дайва: 40 – 60 мин.

Степень сложности: легкая
Погружение: с берега, вход и выход из воды очень удобны
Необходимая степень подготовки: подходит даже для новичков
Лучшее время для погружений (сезон): круглый год, за исключением дней, когда дует сильный северный ветер

Предъявителю данного купона предоставляется 5% скидка на погружение в дайв-центрах Starfish (в отелях Corinthia San Gorg, Radisson Baypoint). Контактный телефон: (+356) 9927 6998

Английский на Мальте

Мы говорим «Мальта», подразумеваем... вполне возможно, что кроме моря, солнца и рыцарей это слово ассоциируется у нас со школами английского языка.

«Языковой вопрос»

Мальту и Великобританию связывают давние отношения. На рубеже XVIII и XIX веков британцы помогли мальтийцам в их борьбе с Наполеоном. Осознав, насколько выгодно «владычице морей» обосноваться на Мальте из-за ее стратегического положения, в 1813 году Британия сделала Мальту своей колонией. Так продолжалось до 1964 года.

Британское наследие на Мальте сразу бросается в глаза – система образования, необычайная популярность футбола, левостороннее движение и – самое главное – английский язык. Последний с честью выдержал полувековую битву с итальянским за звание официального языка. Наречию Данте пришлось уступить, как только фашистская Италия стала бомбить архипелаг...

Так, английский стал всеобщим языком – знание его означало больше возможностей для интеллектуального и профессионального роста. Сейчас мальтийцы учат его в обязательном порядке с первого класса школы. А те родители, что готовят отпрысков к поступлению в частную школу, приучают их разговаривать на языке Шекспира буквально с пеленок!

Все школьные предметы, за исключением мальтийского языка и религии, также преподаются на английском. Удостоверения личности, счета, сертификаты, договоры и другие официальные документы оформляются на Мальте на двух языках, ведущей островной газетой является англоязычная «Таймс оф Мальта», подавляющее большинство Интернет-ресурсов также написаны на английском. Так что можно с уверенностью сказать, что на Мальте – чисто английская языковая среда.

Это – основная, но и не единственная причина, по которой люди всех возрастов и национальностей едут учить английский именно на Мальту. Еще студентов (а также их родителей) привлекает относительная безопасность жизни здесь, огромный выбор образовательных программ, доступные цены, богатые экскурсионные возможности. А также, разумеется, возможность совместить обучение с отдыхом на море.

Английский для детей

Еще несколько лет назад подобрать подходящие курсы для детей до 12 лет на Мальте было очень сложно.

Одна из основных причин, почему было так, заключалась в том, что работать с малышами нужно по определенным методикам, обладая более расширенными профессиональными навыками, что могли продемонстрировать не все учителя.

Ведь для обучения ребенка до 12 лет надо учитывать, что дети легко отвлекаются и устают, физической энергии у них намного больше, чем у взрослых, а словарный запас родного языка небогатый. Зато детишки в таком возрасте – прекрасные наблюдатели, а потому легко запомнят слова, если сопроводить их яркими картинками или попросить самих нарисовать предмет или явление. Для детей до 12 лет на уроках активно используются музыка, ритмы, детские стихи, мультфильмы, слайды и другие материалы.

Сами занятия строятся по такой схеме, чтобы ребятишки могли и подвигаться, и порисовать, и поиграть во время урока. А вот стараться разъяснить грамматическую структуру с помощью схем и четких конструкций будет потерей времени. То же касается и лексики – важно, чтобы ребенок запоминал одно значение слова, дополнительные значения лучше давать через какое-то время, тогда и материал будет усваиваться лучше.

С точки зрения психолога, ведение занятий в группе маленьких студентов тоже имеет свои особенности. Тут надо знать, как справиться с «активистами» и как растормошить «тихонь», иначе занятия и для тех, и для других пройдут впустую.

Сейчас ряд школ на Мальте предлагает программы, которые «заточены» под особенности детей до 12 лет, причем предлагаются разные схемы. Например, ребенок может приехать на Мальту с родственниками и жить с ними в гостинице или апартаментах. Родные будут приводить его в школу и забирать после занятий домой. В классе он будет заниматься либо индивидуально, либо в группе с ровесниками. Есть и вариант, который называется «погружением»: ребенок отправляется в детский лагерь, где обучается языку не только на занятиях, но и в общении с детьми других национальностей.

Помимо уроков и питания, малышей займут интересной развлекательной программой, так что им не будет скучно провести 2 недели вдали от родителей. Промежуточный вариант между этими двумя – популярный «дневной лагерь», когда ребенок учится и обедает в группе, после чего родные забирают его из школы.

Их обязанности могут взять на себя и некоторые мальтийские семьи, которые примут маленьких детей от 6 лет без сопровождения взрослых. Они будут водить его в школу и забирать после уроков, вместе со своими детьми возить на пляж, в детские парки, игровые площадки и другие места.

Многие родители отмечают, что такого рода «погружение» дает хороший результат вне зависимости от того, интроверт ребенок или экстраверт, в то время как в лагерь все же лучше отправлять более активных и общительных детей. Для малышей, которые очень застенчивы и привязаны к родителям, подойдут курсы «Мама + ребенок», когда мама будет всегда рядом – даже за школьной партой!

Английский для подростков

Для ребят возрастной категории от 12 до 18 лет имеет значение не только качество обучения, но и среда, в которой подросток проведет несколько летних недель.

Именно тинейджеры чаще всего самостоятельно отправляются учиться на Мальту. Об обучении и организации досуга подростков стоит поговорить отдельно.

Что касается самих курсов, то, как правило, большинство школ предлагает для подростков увеличенные группы (от 12 до 15 человек). Конечно же, имеет смысл найти такую школу, где процент русскоговорящих студентов будет невысоким – иначе юные студенты обязательно потянутся к соотечественникам.

Впрочем, это касается не только ребят из России и стран СНГ, но и немцев, итальянцев и др. Не секрет, что многие заранее пытаются найти русскоговорящих друзей в чатах и форумах, выясняя, кто в какой школе будет учиться. Поэтому мы очень рекомендуем родителям не только ответственно подойти к выбору школы, но и настроить свое чадо на то, что он(а) едет все же за знаниями, а не только за новыми друзьями и впечатлениями!

В большинстве мальтийских школ преподаватели рады давать дополнительные задания и проверять домашнюю работу, но в то же самое время если студент категорически

НЕ ХОЧЕТ эту самую «домашку» выполнять, заставлять его никто не будет. Для выдачи сертификата об обучении школы проверяют посещаемость. Как правило, в его выдаче откажут при пропуске 10% от количества уроков и больше – исключения составят только пропуски по болезни, подтвержденные врачом.

Программы обучения для подростков более близки к «взрослым» обучающим программам. Это делается это с целью подготовки тинейджеров к дальнейшим экзаменам, чтобы приучить их к восприятию стандартных языковых модулей. Однако на занятиях все же активно используются игровые элементы, тексты песен, фильмы, статьи из молодежных изданий и многие другие материалы, которые могут быть интересны именно подросткам.

Развлекательная программа для этой возрастной группы очень обширна – и разнообразные экскурсии, и спортивные игры, и молодежные интернациональные вечеринки...

При выборе школы, конечно же, имеет смысл разузнать все о соблюдении в ней дисциплины и почитать отзывы. Респектабельные учебные заведения обязательно имеют четкий свод правил, за нарушение которых следуют административные наказания вплоть до исключения из школы.

В этих случаях администрация отправляет уведомления либо агенту, от которого поступила заявка, либо напрямую связывается с родителями и сообщает о проблемах с дисциплиной у ребенка. Тут уже родителям предстоит вовремя вмешаться и сделать внушение нерадивому отпрыску, чтобы не пришлось забирать его домой раньше срока.

Для большинства тинейджеров молодежные лагеря – это не только хороший способ подтянуть английский, но и великолепная возможность найти новых друзей, пообщаться с ребятами из разных стран, научиться строить отношения с людьми. Для многих из них впечатления и опыт от такого «полезного отдыха» остаются на всю жизнь, и не удивительно, что очень и очень много подростков возвращается на Мальту из года в год.

Английский для взрослых

Вот уж кто не ограничен в выборе вариантов обучения языку, так это взрослые – т.е. те, кому уже исполнилось 18 лет. В абсолютном большинстве своем люди в этом возрасте уже знают, что именно им нужно от курса. Они выбирают, с какой интенсивностью заниматься языком. Зная свою склонность (или, наоборот, нежелание) общаться сразу со многими людьми, они решают, в каких группах им было бы комфортнее изучать язык – в больших или маленьких.

Тот же, кто не желает размениваться на общение, которое может как помогать погрузиться в языковую среду, так и отвлекать от запоминания важных правил или слов (нет ничего, что нельзя было бы объяснить на пальцах!) – сразу соглашается на индивидуальные занятия с преподавателем.

Некоторые бизнесмены или профессионалы, вне зависимости от возраста и стажа работы, также ездят шлифовать свой деловой или профессиональный английский на Мальту.

Самые популярный и недорогой курс для взрослых – это стандартный английский. Это обычно 20 уроков в неделю в группе, состоящей из 10-12 человек. Школы ответственно подходят к формированию групп, стараясь поместить в один класс как можно меньше соотечественников.

Разновидность стандартного курса, интенсив, отличается бОльшим количеством уроков и упором на разговорную практику. Как правило, такие курсы могут выбирать люди с любым уровнем владения английским, кроме новичков (Beginners) – для них существуют специальные группы или курсы.

Те, кто больше настроен на индивидуальную работу и хочет иметь более тесный контакт с учителем на уроках, выбирает минигруппы. В них обычно от 4 до 6 учеников с более высоким уровнем владения английским. Это позволяет достичь ощутимых результатов довольно быстро.

«Крайний» вариант минигруппы – уроки один на один с преподавателем – идеальный вариант для тех, кто знает точно, какие погрешности во владении языком хотел бы устранить и не хочет повторять на письме и в речи возможные ошибки других студентов.

Однако не все могут позволить себе «роскошь» частных уроков да и чувствуют, что общение с другими учениками не помешает. Для таких учащихся создан комбинированный вариант, в котором соединены в разных пропорциях уроки в минигруппе и частные занятия.

Также одним из самых востребованных остается курс делового английского. Он может быть построен как на оттачивании бизнес-лексики, так и сочетаться с уроками стандартного английского. Такие занятия ведут учителя – профессионалы не только в преподавании, но и в предмете курса.

Как же правильно выбрать курс английского языка среди такого многообразия?

Рекомендации таковы: как можно более четко разобраться, каких целей хотите достичь, и – обратиться за консультациями к профессионалам рынка образовательных услуг.

Компания Аватар Лимитед и ее специалисты знакомы с мальтийским рынком образовательных услуг около 10 лет. Они помогут Вам подобрать оптимальный вариант обучения и забронировать курс в школах английского языка на Мальте.

Среди наших партнеров – такие «киты» мальтийского рынка, как AM, Berlitz, Clubclass, EC, IELS, Inlingua, Sprachcaffe и многие другие. Во второй части мы расскажем про специальные и комбинированные курсы, сочетающие изучение английского и другие занятия.

А. Лесникова, С. Велла
Фото: (с) IELS

June5.qxp 5/21/09 10:45 PM Page 10

Редакция газеты «Моя Мальта»
Редактор: Светлана Велла Агафонычева; Издатель: компания Аватар Лимитед.
Наш адрес: 29, Sussex House, Ibrag Road, Ibrag SWQ2034.
Эл. почта: gazeta@avatar-malta.ru <mailto:gazeta@avatar-malta.ru>
Электронная версия газеты размещена на http://avatar-malta/mymalta.html
Контактные телефоны по вопросам подписки и размещения рекламы:
2137 0057, 9921 4061, 7970 9979.
Печатное издание зарегистрировано в Департаменте Информации
26 февраля 2010 г., регистрационный номер **OPM PRESS 4/2010.**
Будем на связи!

AVATAR LTD

-ПЕРЕВОДЫ
-НЕДВИЖИМОСТЬ (АРЕНДА, ПОКУПКА)
-РЕЗИДЕНЦИЯ
-РЕГИСТРАЦИЯ КОМПАНИЙ, ОФИСОВ
-ЭКСКУРСИОННЫЕ ТУРЫ В ЕВРОПУ (рус./англ.)
-ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

- TRANSLATIONS AND INTERPRETING SERVICES
- ACCOMMODATION, TRANSFERS, EXCURSIONS IN CIS COUNTRIES

29, Sussex, Ibrag road, St.Andrews 21370057, 9921 4061 e-mail: info@avatar-malta.ru WWW.AVATAR-MALTA.RU

Частные объявления

Ищу русскоязычную няню.
Краткую информацию о себе и ожидаемый размер почасовой оплаты, пожалуйста, высылайте на моб. номер (+356) 9926 5266 (SMS-сообщением). Заранее спасибо!

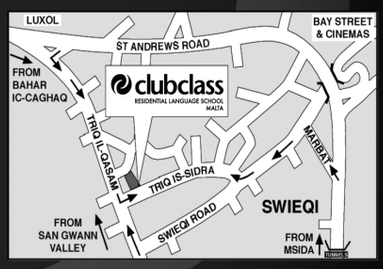
PERSONA
MED-AESTHETIC CENTRE
42, Marina Court, Sir Ugo Mifsud Str.,
c/w G/Cali Str., Ta'Xbiex XBX 1437
Тел. 2134 0366

clubclass
RESIDENTIAL LANGUAGE SCHOOL
MALTA

УРОК АНГЛИЙСКОГО - БЕСПЛАТНО
предъявителю данного флайера

В школе Clubclass
- Дружелюбная атмосфера
- Интересные уроки
- Курсы стандартные и специализированные (подготовка к экзаменам)
- Небольшие классы, студенты из разных стран
- Отличное качество за разумные деньги

Как нас найти:-
(авт. № 64, остановка напротив школы)



Chelsea Court, Triq l-Imghazel,
Swieqi, St. Julians SWQ 3150, Malta

t. (+356) 2377 2401/2 **f.** (+356) 2137 0607
e. info@clubclass.com.mt **w.** www.clubclass.com.mt

FELTOM

* Этот флайер нельзя обменять на деньги. Вы можете использовать только ОДИН флайер на человека. Обратитесь в школу для предварительного бронирования бесплатного урока.

ВОПРОСЫ К КОНСУЛУ

Отвечает И. И. Заворин, консул РФ

1) Есть ли возможность иметь двойное гражданство с Мальтой?

В международном праве и российском законодательстве понятие «двойное гражданство» означает наличие у лица одновременно гражданства (подданства) двух или более государств. Двойное гражданство возникает, если в законодательстве не содержится полного набора ограничителей, препятствующих его возникновению.

Обстоятельствами, способствующими возникновению двойного гражданства, являются миграционные процессы, целенаправленное привлечение мигрантов на свою территорию и связанное с этим терпимое отношение к наличию у них иностранных паспортов (Израиль), смягчение условий предоставления гражданства по этническим признакам (Германия, Греция) и по брачным отношениям, рождение детей с двойным гражданством в так называемых «смешанных» браках и т.д. Государства, не исключающие двойного гражданства, в правоотношениях с «двойными гражданами» исходят, как правило, только из наличия у этих граждан «своего» гражданства.

Оба российских закона о гражданстве (прежний и новый) не содержат полного набора ограничителей и, следовательно, **не исключают возникновения на практике двойного гражданства.** При приобретении российского гражданства по рождению и при приеме детей в гражданство не требуется отказа от иного гражданства РФ (ст.12 и ст.14, ч.2 нового Закона).

2) Мой муж против предоставления нашему сыну российского гражданства, так как он боится, что ребенка призовут в российскую армию. Так ли это?

В соответствии с пунктом н)статьи 55 Федерального закона О воинской обязанности и военной службе, граждане, пребывающие за пределами РФ **освобождены от призыва** на военную службу.

3) При получении мальтийского гражданства имеет ли право человек сохранить российское?

В соответствии с пунктом 3 статьи 6 Конституции РФ гражданин РФ не может быть лишен своего гражданства или права изменить его. Приобретение гражданином России иного гражданства **не влечет прекращения российского гражданства**, что особо подчеркивается в пунктом 2 ст.6 Закона о гражданстве РФ N 62-ФЗ.

Те кто говорит Вам, что придется отказаться от российского гражданства, либо некомпентны, либо преследуют свои корыстные цели.

Как бы тщательно мы ни ухаживали за кожей, стараясь сохранить ее молодость, с годами на ней появляются морщины. И не разгладить их ни кремами, ни масками.

Есть три основных типа морщин

Динамические вызваны движением подкожных мускулов, которые расположены в основном в верхней части лица.

Статические вызваны потерей эластичности кожи, курение и переизбыток солнечных лучей также может спровоцировать их появление. Такие морщины видны вне зависимости от сокращения лицевых мышц.

Третий тип – так называемые *складки* – образовывается из-за провисания подкожных слоев.

Наиболее распространены носогубные складки, которые придают лицу угрюмый вид. На протяжении долгих лет самым распространенным способом коррекции отвисшей кожи была подтяжка лица. Когда признаки старения возвращались, делалась ещё одна операция, потом ещё...

В результате лицо вместо того, чтобы выглядеть (или казаться) молодым, становилось похоже на натянутую маску.

Так что единственным быстрым, эффективным и безопасным способом перехитрить природу и вернуть молодость без хирургического вмешательства остается косметологическая инъекция, в дословном переводе «жидкая подтяжка» (Liquid Facelift).

Выбор препарата и схемы уколов зависят от возраста, состояния кожи, типа морщин.

Например, для межбровных и многих других динамических морщин используется «Ботокс», а препарат «Рестилайн» может использоваться для заполнения как поверхностных, так и более глубоких морщин вне зависимости от их типа. Он также применяется для контурной пластики губ, скул и подбородка.

Как это работает

Ботокс – это очищенный нейротоксин ботулизма типа А.

Свойства инъекции ботокса были открыты еще в 1970 году, когда один из американских офтальмологов выяснил, что ботокс способен расслаблять мышцы.

Вскоре этим открытием воспользовались и косметологи, т.к. подобное уникальное свойство позволяло использовать данный препарат для борьбы с морщинами. С тех пор он является одним из основных способов устранения преждевременных признаков старения кожи.

Инъекции ботокса делают в гиперактивную мышцу, и она расслабляется. Ботокс как бы «отключает» нерв, приводящий ее в движение, «парализует» мышцы, благодаря чему и происходит разглаживание морщин.

С помощью инъекции ботокса можно устранить морщины в области лба, переносицы и вокруг глаз, корректировать форму бровей и уголков рта. Кроме коррекции возрастных изменений, ботокс также позволяет устранить потливость ладоней, подмышечных впадин и стоп.

Рестилайн

Рестилайн представляет собой биогель на основе гиалуроновой кислоты неживотного происхождения.

При введении под кожу гиалуроновая кислота удерживает вокруг себя жидкость и тем самым заполняет складки кожи.

Рестилайн показан для контурной пластики морщин и устранения складок в носогубном треугольнике. Его отличительной особенностью является то, что он надолго сохраняется под кожей без рассасывания.

Но даже и после того, как Рестилайн будет полностью выведен из организма, эффект сохраняется еще на некоторое время, за счет объема, который дает вода.

Противопоказания

Как и для всех лекарственных препаратов, перед применением Ботокса или Рестилайна необходимо проконсультироваться с врачом.

Есть ряд противопоказаний, когда применение их не рекомендуется – это, в первую очередь, беременность, воспалительные процессы в зонах инъекции, нарушение свертываемости крови.

Очень важно, чтобы уколы делал квалифицированный специалист. Только в этом случае можно гарантировать правильный результат процедуры.

Именно такие врачи осуществляют процедуры «жидкой подтяжки» лица в медицинско-эстетическом центре «Persona».

До и после

За неделю до процедуры не рекомендуется загорать, а чтобы чтобы избежать синяков, не стоит употреблять зеленый чай, витамин Е и лекарства на основе аспирина не менее чем за 10 дней до инъекции.

За сутки до укола ботокса нельзя пить спиртное, т.к. это может увеличить риск появления синяков и гематом.

После процедуры рекомендуется избегать прямых солнечных лучей в течение нескольких дней, а если это невозможно, то следует пользоваться защитным кремом с УФ-фактором не менее 50. На 10 дней после инъекции ботокса исключите употребление алкоголя и перегревание (например, горячую ванну, баню и сауну).

Результат

После инъекции Ботокса результат становится заметным через несколько дней, и морщины могут выравниваться на протяжении месяца. Результат после введения Рестилайна заметен сразу, но в течение 1-2 дней могут сохраняться припухлости и небольшое покраснение.

Препараты, которые используются в медицинско-эстетическом центре Persona, имеют длительное, но не постоянное действие.

Эффект от ботокс сохраняется на протяжении 4 - 6 месяцев, а различные продукты на базе Рестилайна действуют по-разному. Обычно дополнительные инъекции проводятся через 9 месяцев, но уже небольшими дозами, и это позволяет сохранить эффект на следующие 9 месяцев.

Если вы не хотите мириться с возрастными морщинами, начинайте борьбу прямо сейчас!

Рим – это волшебный город.

Сюда можно приезжать множество раз, и каждый раз открывать для себя что-то новое. Мне посчастливилось увидеть столицу Италии глазами настоящего римлянина, и это, хочу сказать, незабываемый опыт!

Из аэропорта до Рима можно добраться либо на такси, либо на поезде, доехав до центральной станции Термини. Билет стоит 11 евро, и поезда отправляются каждые 30 минут. Всего через полчаса вы забудете об усталости после перелета, т.к. попадете в совершенно другой мир – Италию! Центр Рима можно обойти пешком. Можно начать со знаменитой *Piazza di Spagna*, где, конечно же, без снимков на лестнице *di trinita dei Monti* обойтись не получится. Шопоголикам вроде меня я бы посоветовала обойти стороной (пока, во всяком случае) *Via Condotti* со всеми ее модными магазинами: сюда вы еще успеете вернуться. Лучше пройдите к *Piazza Navona*, полюбуйтесь на прекрасные фонтаны. В солнечный день здесь всегда много художников, музыкантов, артистов цирка и, как следствие, - туристов. Отсюда рукой подать до площади *Campo de Fiori*. Утром здесь покупают с лотков сувениры, а вечером расслабляются и пьют вино.

Обязательно посидите за чашечкой эспрессо в одной из местных кофеен – такого кофе вы нигде, кроме Италии, не найдете. Далее можно проследовать к *Fontana di Trevi* – одному из моих любимых мест в Риме. Он поражает своей красотой. Если вы повернетесь к нему спиной и бросите монетку – ваше возвращение сюда гарантировано. Милым дамам, которые желают связать свою жизнь с итальянцем, кидать монетку придется дважды! А затем прогуляйтесь по берегу реки Тибр в районе Трастевере и закончите свое первое знакомство с Римом в одном из тамошних ресторанов.

С 8 вечера многие заведения предлагают аперитивы. Заказав напиток, вы можете перекусить различными закусками (*antipasti*) – это всевозможные овощи на гриле, паста, маленькие бутерброды, ветчина и, конечно же, сыр. Винный лист ресторанов порадует даже искушенных ценителей вина.

Посвятите один день Ватикану и его музеям. Если вам посчастливится оказаться в Риме в воскресенье, вы сможете побывать на мессе на *Piazza San Pietro* и увидеть Папу Римского.

Продолжать можно бесконечно – не забудьте о Колизее, Форуме, Замке св. Ангела и многочисленных площадях города. Кстати, покупать питьевую воду в магазине вам не понадобится – в Риме на каждом шагу бьют фонтанчики с пресной водой.

В Риме есть все – памятники архитектуры, музеи, постоянные выставки, рестораны и бары, ночная жизнь, песчаные пляжи, расположенные в часе езды от города... Мне же особенно врезалось в память место романтическое. Это ресторан «Зодиак», откуда можно обозревать панораму всего города. Влюбленные приезжают сюда, чтобы поклясться друг другу в любви до конца дней. Символ ее – замок на перилах ограды, ключ от которого выброшен со склона. И ведь таких замков сотни. Видимо, вечная любовь в вечном городе – явление нередкое!

Анна Хомко

НЕИЗВЕДАННЫЙ ОСТРОВ

со Светланой Велла,

Малуба: яма на ровном месте.

Удивительное местечко есть на окраине деревни Ренди (*Qrendi*). Это широкая природная воронка глубиной в несколько метров, которая называется Малуба (*Maqluba*), т.е. «перевернутая».

Когда-то здесь, говорит предание, стояла деревня, населенная злыми людьми. Правда, был у этого села и свой праведник – благочестивая женщина, которая пыталась своих грешных соседей образумить, да все без толку. Так они и жили, пока в один прекрасный день не явился сюда ангел, не выворотил здоровый кусок земли и не сбросил его в море со всеми обитателями (кроме доброй женщины, разумеется). Так на этом месте образовалась впадина, а над водой... вырос остров Филфла!

Чтобы отыскать этот легендарный уголок, нужно доехать до приходской церкви Ренди, а от нее пойти по улице *Tal-Parocca* (ориентиры – указатель *Tal-Maqluba*, а также полезная вещь, общественный туалет). Ренди – одна из немногих мальтийских деревень, сохранивших особую, почти не нарушенную дыханием современности и присущей ей суеты ауру.

Улица *Tal-Parocca* выведет нас к площади св. Матфея (*Misrah San Mattew*) со статуей евангелиста, чей символ – ангел. Монумент этот стоит здесь не случайно: неподалеку, у самой Малубы, находится одноименная часовня.

Но это не единственная старинная капелла в Ренди, в чем мы сейчас и убедимся. Свернем на соседнюю, окраинную улицу св. Анны (*Triq Sant' Anna*)... Через несколько десятков метров справа от нас вырастет статуя матери Богородицы, а из-за угла выглянет и маленький храм.

Подойдем к краю улицы и заглянем за статую. Через дорогу виднеется серая крыша с витражной розеткой, а за ней – темно-зеленое пятно листвы. Это и есть часовня св. Матфея и Малуба – конечная цель нашей прогулки. Спустимся по улице св. Анны и пройдем до них по обочине шоссе. Спуск в Малубу - слева от часовни. Тропинка то и дело теряется в густой поросли – не торопитесь, здесь может быть скользко. Через пару минут вы окажетесь на импровизированном «балконе» с видом на знаменитый мальтийский Провал.

Продолжительность прогулки: 1 час

Степень сложности: легкая

Как добраться: из г. Valletta - авт. № 35 до остановки Qrendi parish church