

VOLUME 5, #1  
2024



САМЫЙ ЛУЧШИЙ  
ЖУРНАЛ  
В КОЛОРАДО

Заходите на наш новый веб-сайт  
[SSRDENVER.COM](http://SSRDENVER.COM)  
и читайте все выпуски журнала

# Сама Себе РЕЖИССЕР

Интервью  
с банкиром -  
**Татьяной  
Карташевой**

**ЧТО МОЖЕТ БЫТЬ  
ЛУЧШЕ САУНЫ?!**

*Руслана Апрелева*

**РЫНОК  
НЕДВИЖИМОСТИ**

*Ольга Загулова*

**АСТРОЛОГИЯ  
НА 2024 ГОД**

*Наталья Бяльский*

**КАК  
ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
СВОЙ  
НАЛОГОВЫЙ  
ВОЗВРАТ  
НА ПОКУПКУ  
НЕДВИЖИМОСТИ?**

*Ирина Шамаев*

**ПОЕЗДКА  
В ИНДОНЕЗИЮ  
НА ОСТРОВ БАЛИ!**

*Алла Шульман*

**Интервью  
с Татьяной  
Маркиной**  
- профессионалом  
по педикюру и маникюру

 ГРУППА В ФЕЙСБУКЕ  
«САМА СЕБЕ РЕЖИССЕР»



# Красота - это...



Татьяна Маркина в нашем городе в представлении не нуждается – каждый раз, когда на страницах нашей группы возникает вопрос о хорошем мастере маникюра и педикюра, вы, уважаемые читатели, в подавляющем большинстве рекомендуете друг другу именно ее. Вот почему сегодня мы не могли не опубликовать беседу с ней – здесь Татьяна расскажет о себе и, конечно, ответит на большинство ваших вопросов.

Итак, знакомьтесь: Татьяна Маркина или, как с любовью ее зовут клиенты, Танюша.

**- Татьяна, говоря современным языком, ваш бизнес с уверенностью можно назвать «раскрученным». А с чего все начиналось?**

- Конечно же с приобретения профессиональных навыков. А когда почувствовала уверенность в своих силах, начала работать над собственным стилем, создавать личный портфолио, изучать рынок и, главное, создавать концепцию будущего бизнеса. Ну, а дальше – получение всех необходимых разрешений и лицензий, закупка оборудования и материалов, работа над привлечением клиентов и – вперед!

**- Что является предметом вашей гордости?**

- Без ложной скромности скажу, что горжусь умением создавать уникальные дизайны маникюра, которые приносят радость нашим клиентам. Отмечу также и качествен-



ное обслуживание, что вызывает доверие и лояльность у посетителей салона. Я с гордостью говорю, что наш бизнес работает успешно и прибыльно, ведь мы создали команду единомышленников, куда входят как мастера, так и клиенты! Мы не просто один из салонов, мы – то место, куда приходят креативные люди за уникальными дизайнами. Все это в комплексе отличает нас от конкурентов и делает бизнес узнаваемым.

Друзья, я благодарю вас за положительные отзывы, которыми вы щедро делитесь как на разных платформах, так и по «сарафанному радио». Несомненно, я горжусь наградами, полученными за профессионализм и качество услуг. Это приносит удовлетворение и радость!

**- Оглядываясь назад, что бы вы сказали той, прежней Татьяне?**

- Не бойся совершать ошибки! Бездействие приносит больше вреда. Прислушайся к своему внутреннему голосу и делай то, что нужно именно тебе. В это трудно поверить, но через двадцать лет, Танюша, твоя жизнь будет намного класснее!

**- Сейчас много говорят о необходимости находить в жизни так называемый баланс. Что он означает для вас как для бизнес леди?**

- Не открою Америки, если скажу, что для меня это состояние гармонии, равновесия и устойчивости, причем как в физическом, так и в эмоциональном плане. Стараюсь эффективно управлять своим временем, энергией и так распределять ресурсы, чтобы находить время для работы, отдыха и личного развития. Такой баланс просто необходим для благополучия, профессионального успеха и эмоционального здоровья. Но если быть честным, то получается это не всегда.

**- Вам ли не знать, что работа с людьми часто сопряжена со стрессом. Как вы справляетесь с этим?**

- Тут ничего нового не скажу – мне помогают упражнения релаксации – глубокое дыхание, медитация и йога. Безусловно, физическая активность. Спорт или просто прогулки помогают улучшить настроение. Обязательно здоровое питание – стараюсь не злоупотреблять кофеином, сахаром или жирными продуктами. Хороший сон тоже никто не отменял. Скажу и об установке границ, когда для себя установила приоритеты и, наконец, научилась говорить «нет». Помогает также общение с близкими людьми, друзьями и психологом. Положительные эмоции от такой разгрузки налицо, ведь семья видит во мне счастливую маму и бабушку, а клиенты – доброжелательного профессионала.

продолжение на стр. 38-39



# РОЗЫГРЫШ iPhone 15

Шанс выиграть iPhone 15 – мобильный телефон  
есть у каждого клиента с 1 по 31 мая 2024 года  
в нашем спа-салоне!

Принять участие в розыгрыше легко – достаточно посетить наш спа-салон с 1 по 31 мая и воспользоваться услугами маникюра и педикюра. Каждый платеж и каждое посещение увеличивают шанс на выигрыш. Розыгрыш будет 1 июня, в присутствии наших клиентов, что создаст дополнительное волнение и веселье!

Мы ценим каждого нашего клиента и стремимся сделать их время у нас максимально приятным и запоминающимся. Розыгрыш мобильного телефона – лишь один из способов выразить благодарность за выбор нашего спа-салона. Присоединяйтесь к нам, расслабьтесь и получите удовольствие – кто знает, возможно, именно вам удача улыбнется этим волшебным мобильным телефоном!

Спешите записаться по телефону  
**(303) 304-0203**

Салон LADY  
3000 S Jamaica Ct #310  
Aurora, CO 80014







# Goldin Pharmacy and Medical Supply

предлагает широкий ассортимент домашнего медицинского оборудования от самых известных производителей  
Самый первый магазин медицинского оборудования в Денвере. Открыт более 25 лет.



Большой ассортимент терапевтической обуви. Обувь от ведущих компаний-производителей:



Аппараты для измерения давления:



Оборудование для ванной, поручни, стульчики:



Ручные и мобильные кресло-каталки:



Приборы для измерения уровня сахара в крови:



Госпитальные кровати, прикроватные столики и комоды:



Пульсоксиметры для измерения содержания кислорода в крови:



Пояса и наколенники:



Компрессионные колготки и носки:



Ходунки для взрослых:



Предметы личной гигиены, подгузники, пеленки, перчатки, прокладки:



Специальное питание для людей с повышенным сахаром и с недостатком веса:



Goldin Pharmacy проводит вакцинацию от COVID - 19 прививкой Johnson & Johnson. Тесты на COVID-19 антитела  
Бесплатные медицинские журналы и газеты для всех клиентов  
Бесплатное профессиональное измерение кровяного давления и уровня сахара в крови  
Бесплатная доставка лекарства и медицинского оборудования  
Нотариальные и профессиональные услуги перевода: доверенности, справки и перевод документов (заверение документов для клиентов аптеки бесплатно)  
Goldin Pharmacy and Medical Supply принимает все виды частных страховок а также Medicaid и Medicare

Часы работы:  
ПН-ПТ 9ам-6рм  
СБ 10ам-4рм  
909 S Oneida St,  
Suite 11  
Denver CO 80224  
303-355-6818





# Goldin Pharmacy & Medical Supply

## Первая русская аптека в Денвере

**27**  
лет  
с вами!

**СКИДКИ 5-10% ДЛЯ НОВОПРИБЫВШИХ НА ЛЮБУЮ ПОКУПКУ В АПТЕКЕ!** ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ СКИДКИ СКАЖИТЕ НА КАССЕ, ЧТО ВЫ УВИДЕЛИ ЭТУ ИНФОРМАЦИЮ В ЖУРНАЛЕ САМА СЕБЕ РЕЖИССЁР.

### В АПТЕКЕ ВЫ МОЖЕТЕ НАЙТИ:

- Лекарства от различных производителей
- Большой выбор медицинского оборудования для детей и взрослых
- Лекарственные травы и биологически активные добавки
- Чай, сиропы и настоики

### АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО:

- Вам профессионально измерят артериальное давление и уровень сахара в крови
- Клиентам аптеки бесплатно доставляются рецептурные лекарства и медицинское оборудование на дом.
- Также для наших клиентов есть медицинские журналы

Бесплатные профессиональные консультации и любая информация о лекарствах, травах, чайных напитках, сиропах и добавках. Мы с радостью вам подскажем о наличии и применении препаратов для взрослых и детей.

**909 S Oneida St, Suite 11 Denver 80224**

**303-355-6818**

Достаточно одного звонка чтобы перейти в нашу аптеку

<https://goldinpharmacy.com/>

Мы помогаем всем нашим клиентам с 1994 года.

Будьте здоровы и спасибо за доверие!

Принимаются большинство страховок,  
Medicare и Medicaid

Также в нашей аптеке мы  
предоставляем **НОТАРИАЛЬНЫЕ**  
услуги, составление доверенностей,  
оформление и переводы документов.

У нас вы можете найти большой выбор подарков вашим близким и любимым, которых нет в обычных магазинах!

- Сувениры - матрёшки, Палехские шкатулки, чайники и многое другое
- Украшения из серебра и натуральных камней
- Игрушки
- Детские книги
- Косметика из европейских стран, в том числе IBREDERM
- Французская и итальянская парфюмерия, подарочные наборы



**МЫ ГАРАНТИРУЕМ  
ОТЛИЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ!**

### ВНИМАНИЮ КЛИЕНТОВ!

Наша аптека в соответствии с требованиями нового законодательства, подтвердила свою репутацию и безупречное обслуживание, получив государственную аккредитацию (Government Accreditation) на распространение медицинского оборудования и принадлежностей.





Price  
**\$295,000**

Condo in Denver, CO 80218  
HOA **\$302/month** Tax **\$1197/year**  
1b/1b - 616 sq feet  
Listing agent Rachel Klein



Price  
**\$679,000**

Condo in Denver, CO 80204  
HOA **\$733/month** Tax **\$3384/year**  
2b/2b - Площадь 1690 sq feet  
Listing agent Jane Wallace



Price  
**\$505,000**

Townhouse in Littleton, CO 80127  
HOA **\$376/month** Tax **\$1741/year**  
3b/3b - Площадь 1532 sq feet  
Listing agent Karen McDonald



Price  
**\$615,000**

House in Keenesburg, CO 80643  
3.5 акра земли, Tax **\$1356/year** HOA **\$0/month**  
3b/2b - Площадь 1512 sq feet + 1512 sq ft basement  
Listing agent Christy Gallegos



Price  
**\$825,000**

House in Castle Pines, CO 80108  
В доме есть 2 кухни - отдельный вход в бэйсмент  
HOA **\$0** Tax **\$2343** 0.47 акра земли  
4b/3b Площадь 3084 Sq Feet  
Listing agent Kathy Fuerst



Price  
**\$985,000**

House in Centennial, CO 80015  
HOA **\$114/month** Tax **\$4,409/year**  
5b/5b - Площадь 5697 sq feet  
Listing agent Michelle Addison





Price  
**\$1,175,000**

House in Idaho Springs, CO 80452  
0.36 акра земли, HOA **\$50/year**  
4b/4b - Площадь 3093 sq feet  
Listing agent Mariya Oleynikova

Price  
**\$2,199,000**

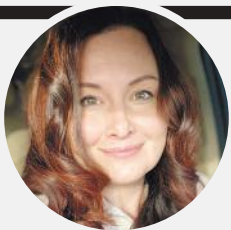
House in Golden, CO 80401  
0.81 акра земли, HOA **\$2740/year** Tax **\$7918/year**  
5b/5b - Площадь 4405 sq feet  
+ 2240 sf Basement  
Listing agent Carolyn Kenney



Price  
**\$727,000**

House in Aurora, CO 80113  
HOA **\$140/month** Tax **\$3364**  
4b/4b Площадь 3246 Sq Feet  
Listing agent Alla Shulman

Дом, с большим бэквордом и террасой, выходит на красивое озеро, вокруг которого есть дорожки для прогулок. Есть сауна в законченном бейсменте с отдельной кухней.



*Алла Шулман -  
Ваш лицензированный агент  
по покупке и продаже  
недвижимости!*

**11 ЛЕТ ОПЫТА РАБОТЫ**



Пример СМС:

3 спальни 2 ванны  
Площадь: 1300 square feet и выше  
Цена: не дороже \$500 тысяч  
Район: Aurora, Denver, Centennial,  
Highland Ranch, Littleton

Представленная недвижимость может не соответствовать статусу продажи в настоящий момент. Другими словами, она может быть в процессе контракта на продажу либо уже быть проданной. Моя работа заключается в поиске недвижимости по Вашим критериям в настоящем времени. Если вы хотите получать рассылку, пожалуйста, пришлите СМС на **(303)332-8807** с вашими критериями.

**ХОТИТЕ ПРОДАТЬ СВОЮ НЕДВИЖИМОСТЬ?  
ПРЕДОСТАВЛЯЮ БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ  
ПО ПРОДАЖЕ ВАШЕЙ НЕДВИЖИМОСТИ**

Alla Shulman Realtor  
\*Home Smart Cherry Creek \*  
\*8300 E. Maplewood Ave. Ste 100\*  
\*Greenwood Village, CO 80111\*  
\*Cell (303)332-8807\*  
\*Office: 303-858-8100\*  
Licence # 100041397





# ЖЕЛАЮ ВСЕМ ФИНАНСОВОГО ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели! Очень часто не только в ленте нашей группы, но и при личных встречах вы просите нас порекомендовать опытного банкира, который бы ответил на многие ваши вопросы, причем акцент делаете именно на русскоязычном специалисте. Это и понятно – в банковском деле так много различных нюансов, разобраться в которых без «нашего человека» просто невозможно. Итак, знакомьтесь – **Татьяна Карташева**, менеджер банка ВМО.

**- Татьяна, прежде, чем мы начнем нашу беседу, расскажите несколько слов о себе.**

- Я родилась в Сочи, потом какое-то время жила в Киеве и Одессе. По образованию я медик, но по специальности, а именно по акушерству, работать не довелось. В 2015 году мы с дочерью переехали в Денвер, где, естественно, встал вопрос, куда идти работать. Теперь понимаю, что мой выбор попробовать себя в банковской сфере был интуитивным, но абсолютно правильным! Я всегда любила общаться с людьми, помогать им в разных ситуациях, и то, что теперь у меня есть возможность заниматься этим весь рабочий день, приносит мне большую радость.

**- Как же все-таки складывалась здесь ваша карьера?**

- Как и многие другие, прошла все этапы «большого пути». Начинала с теллера (кассира), затем получила повышение и стала банкиром, а с 2020 года работаю менеджером. За эти годы работала в нескольких банках. В 2019 году я пришла в Bank of the West, спустя четыре года наш банк выкупила компания ВМО, и с сентября 2023 года мы официально работаем под этим названием. Это новый банк для нашего штата, хотя на финансовом рынке он существует уже более 200 лет, причем не только существует, а процветает! Для меня

важно и то, что наша компания ценит не только каждого клиента, но и проявляет заботу о нас, сотрудниках. И когда видишь такое отношение, то и работать хочется не «для галочки».

**- С какими вопросами чаще всего к вам обращаются клиенты?**

- При личных встречах с нашими посетителями мы не просто сухо обсуждаем их денежные дела, а стараемся вникнуть в каждую конкретную ситуацию. Иногда может показаться, что банкир задает лишние вопросы, касающиеся семьи, ведения финансов или бизнеса. Но дело здесь не в праздном любопытстве, а в том, что только собрав всю информацию в комплексе, банкир может посоветовать вам именно те сервисы и продукты, которые отвечают вашим конкретным нуждам. И здесь уместна будет аналогия с визитом к доктору, когда мы делимся с ним всеми подробностями нашего состояния здоровья, а он подбирает оптимальные методы лечения. И, как результат такой совместной работы – благодарные отклики наших клиентов.

**- Читатели нашего журнала, несомненно, ждут от вас, Татьяна, финансовых советов.**

- Посоветую не просто заглянуть в банк на минуту, а именно назначить встречу со своим банкиром. Наша индустрия не стоит на месте, и вполне вероятно, что ваш банк сможет помочь



вам достичь своих целей быстрее, чем вы думаете. Речь идет как об экономии денег, так и об их сохранении и приумножении. Учитывая большую конкуренцию на рынке услуг, каждый банк старается предложить наилучшие сервисы своим клиентам. Это касается как личных, так и бизнес счетов. Разговор со специалистом – не пустая трата времени, а поиск выхода из сложной финансовой ситуации. Помните, пожалуйста, что наша работа – не только предложить вам лучшие сервисы, но выслушать вас и найти именно тех, кто сможет вам помочь решить любую финансовую проблему.

**- Вопрос инвестиций интересует многих наших читателей. И даже тех, кто скажем, не располагает большими суммами денег, но готов инвестировать во что-то.**

- Таким клиентам, безусловно, я бы посоветовала обратиться в наш банк. У нас есть замечательная платформа, на которой можно инвестировать самому, причем начинать с небольшой суммы. Скажу и о том, что сейчас очень неплохие ставки на личные счета. Вариантов немало, но все они индивидуальны, так что звоните и назначайте встречу.

**- Ваши пожелания читателям журнала «Сама себе режиссер»**

- Желаю всем прежде всего здоровья, счастья и любви! И, конечно же, финансового здоровья и успехов!



В жаркий день для вас соки, воды, лимонады, квасы, пиво, фрукты от магазина M&I



И, конечно же, мороженое



В ассортименте:

Пиво польское, украинское, немецкое и прибалтийское

Вина из Грузии, Молдавии Болгарии и Венгрии



M&I Фрукты и овощи M&I Соки и напитки M&I  
Сладости и выпечка M&I Колбасы и сыры  
Мясо и рыба M&I Кулинария и мороженое  
M&I Свежий хлеб и многое другое M&I



M&I  
Nowros Inc.

909 S. Oneida St.  
Denver, CO 80224

(303) 331- 1590



# НОВОСТИ ИММИГРАЦИИ

*Интервью с иммиграционным адвокатом Илоной Старчак, опубликованное в прошлом номере нашего журнала, вызвало большой интерес у наших читателей и, соответственно, больше вопросов, на которые они хотели бы получить ответы. Напомним, что Илона Старчак специализируется исключительно на иммиграционном праве. Ее офисы находятся в Денвере и Нью-Йорке. Она имеет лицензии в New-York, Washington DC, и в Colorado Supreme Court, с правом на федеральную практику во всех штатах США.*



## **- Илона, есть ли новости в иммиграции, которые вы хотели бы озвучить?**

- В мире иммиграционных новостей происходят активные изменения. Я бы хотела выделить три наиболее актуальных момента:

1. Принятие закона о репароле для людей, въехавших в США по паролю из Украины после 11 февраля 2022;

2. Изменение цен за подачу иммиграционных форм с 1 апреля 2024;

3. В Колорадо появился первый письменный прецедент выдачи убежища, основанного на мобилизации российских граждан.

Наконец-то долгожданный закон был принят - люди, въехавшие в США по паролю из Украины, теперь имеют возможность продлить его еще на два года. Это стало возможным благодаря решению, принятому U.S. Department of Homeland Security, к принятию которого я наряду с многими другими активно прилагала усилия в течение последнего года. Возможность продления пароля доступна для тех, кто приехал в США по программе Uniting for Ukraine, и также для тех, кто получил гуманитарный пароль на американской границе (с 11 февраля по 25 апреля 2022 года).

## **- Что нужно сделать, чтобы получить новый гуманитарный пароль?**

- Для его получения необходимо продемонстрировать следующее:

1. Ваше гражданство Украины или то, что вы являетесь ближайшими членами семьи гражданина Украины и получили гуманитарный пароль в США с 11 февраля 2022 года или позже;

2. Гуманитарные причины или значительная общественная выгода для выдачи вам нового гуманитарного пароля;

3. Физическое присутствие в США;

4. Выполнение условий первоначального гуманитарного пароля. Вы должны подтвердить выполнение требований по вакцинации или иметь право на исключение из требований к вакцинированию. Вы также должны представить свидетельство о прохождении медицинского осмотра на туберкулез в течение 90 дней с момента пересечения границы США. Для репароля, необходимо подать Форму I-131, вместе с подтверждающей документацией и пошлиной или просьбой об отказе от уплаты пошлины.

С 1 апреля 2024 года Иммиграционная служба США (USCIS) меняет стоимость своих услуг и вносит ряд обновлений в некоторые иммиграционные формы. С новой структурой цен можно ознакомиться на официальном сайте USCIS по ссылке: <https://www.uscis.gov/g-1055>. USCIS впервые повышает свои тарифы с декабря 2016 года. Иммиграционная служба в основном финансируется за счет сборов, но руководство USCIS приняло решение не повышать тарифы слишком резко: сборы будут увеличены не более чем на 27%. А для некоторых форм цены даже немного снижаются.

Также я рада поделиться новостью о том, что в Колорадо появился первый, насколько мне известно, письменный прецедент одобрения убежища гражданам России, у которых одним

из аргументов был отказ от мобилизации. До появления этого письменного прецедента мной уже было выиграно множество дел об убежище для граждан России с аналогичным аргументом, но они все были одобрены в суде без расписанного решения и указания факторов, влияющих на судебное решение, и поэтому не могли быть использованы в качестве юридического прецедента. Конечно, во всех этих делах отказ от мобилизации не был единственным аргументом. Именно поэтому данное решение, изложенное судом на 10 страницах, я, как иммиграционный адвокат, воспринимаю как настоящий бриллиант - прецедент, на который я буду ссылаться в последующих похожих делах.

Мне повезло: именно одно из моих дел стало этим первым письменным прецедентом. Мой клиент долгое время выступал в оппозиции и агитировал других, предоставив при этом множество доказательств своей деятельности. Он был несколько раз арестован за свое выражение политического мнения. Отказ идти воевать против Украины был лишь одним из аргументов в его случае. Я полагаю, что судья не случайно выбрала именно этот судебный процесс для своего первого письменного решения. Судебное решение было сформулировано очень осторожно, чтобы не создавать прецедент для получения убежища исключительно на основании отказа от мобилизации.





# ИММИГРАЦИЯ

## Американский Русскоговорящий Адвокат

### ИЛОНА СТАРЧАК

## ВСЕГДА НАЦЕЛЕНА НА РЕЗУЛЬТАТ



**Представляю интересы клиентов по всем видам иммиграционного права во всех Штатах и за пределами США**

- ✓ Грин-карты через брак
- ✓ Политическое убежище
- ✓ Защита от депортации
- ✓ Гражданство
- ✓ Визы жениха/невесты
- ✓ Трудовая иммиграция
- ✓ Гринкарты и визы для людей с выдающимися способностями
- ✓ Временный защищенный статус (TPS)
- ✓ Прощения о прощении (waiver)
- ✓ Снятие требования на двухлетнее пребывание за границей для обладателей J-1 визы
- ✓ Снятие условности с гринкарты в случае расставания супругов (I-751)
- ✓ Продление виз и изменение статуса
- ✓ Грин-карты для жертв супружеской жестокости (VAWA)
- ✓ Подготовка и сопровождение на интервью
- ✓ Подача на разрешения на работу
- ✓ Аудит иммиграционных петиций подготовленных не нашим офисом
- ✓ Апелляции
- ✓ Нотариальное заверение документов и перевод документов на английский
- ✓ Решение любых иммиграционных вопросов
- ✓ Индивидуальный подход к каждому клиенту
- ✓ Разумные цены и гибкий график оплаты услуг

### МОЯ ЦЕЛЬ - УСПЕХ МОИХ КЛИЕНТОВ

Лицензии в Нью Йорке, Вашингтоне, округа Колумбия, и в Федеральном Окружном Суде США округа Колорадо. Лицензия на все виды иммиграционного права перед федеральными судами и агентствами во всех 50 штатах. Американская Ассоциация Иммиграционных Адвокатов (AILA).



**Starchak Law Firm, Inc.**  
 5350 DTC Parkway, suite 100,  
 Greenwood Village, Colorado  
 350 Northern Blvd., Ste 324-1074, Albany, New York



**(720) 282-9654**



**info@starchaklawfirm.com**



# ЭФФЕКТ ПУЛЬСАЦИИ

Не секрет, что автомобильная индустрия всегда являлась ярким катализатором финансового рынка. Образно говоря, то, что происходит с автомобильным рынком сегодня, завтра отзывается мощными волнами на финансовом океане в целом. «Эффект пульсации» - это как раз то, что мы наблюдаем сейчас. Совсем недавно, а именно три года назад, в силу сложившихся обстоятельств, большинство производителей новых машин сократили свою продукцию в среднем на 75 процентов, опасаясь неизбежного спада авторынка, но это повлекло за собой и обратный эффект. Рынок вырос, и не последнюю роль в этом сыграла сильнейшая в истории США инфляция. Отметим также несоответствие спроса и предложения из-за уменьшения выпуска автомобилей. В связи со всем происходящим цены выросли в среднем на 40 процентов, а в некоторых случаях они поднялись до рекордных 250 процентов! Но как и ожидалось, это продолжалось очень не долго.

Дело в том, что процентная ставка в связи с инфляцией начала сильно расти. Не надо забывать, что процентная ставка - это не только финансирование вашей машины или дома, но и финансирование б/у машин, которые стоят на дилерских площадках и влетают им в «копеечку». Для тех, кто не знает, скажем, что средний оборот б/у машин на дилерских - это окно в 90 дней. Бывают, конечно, редкие исключения, но это специфические

случаи. Если же автомобиль стоит на площадке нереализованным, то у дилерской просто нет другого выхода, как избавиться от такого «мертвого груза», который ежемесячно падает в цене, и за который дилерская платит ежедневный процент. Поступая подобным образом площадки не только поощряют спад рынка, но и, конечно, пытаются навязать упавший в цене товар своим клиентам.

И здесь опять и опять мы будем говорить о брокерской модели бизнеса, когда площадка виртуальна, а цены всегда адекватны и идут в ногу с рынком автомобилей. Заметим, что этот рынок за последние два года очень сильно изменился. Средний платеж за автомобиль достиг \$740 в месяц, а средний процент увеличился до 14.99 процентов. Конечно, это не абсолютный показатель - существуют и более бюджетные платежи, где проценты намного ниже. Это просто средняя статистика по стране.

Также немаловажным фактором является количество машин, возвращаемых банкам за неуплату. Для примера скажем, что в 2022 году количество вернувшихся машин составляло 4000 в день. В мае этого года цифра выросла до 24 000 машин в день! Показатели последней октябрьской статистики нынешнего года поражают - речь идет уже о 30 000 автомобилей, вернувшихся в банк за неуплату. Не нужно забывать, что все эти машины, попадая на аукционы, значительно снижают уровень цен. Я не хочу

создавать негативную картину авторынка, но нужно принять тот факт, что как бы дилеры и финансовые инстанции ни старались контролировать этот самый рынок - он всегда будет идти в ногу с экономической и всегда будет наилучшим показателем того, что происходит в финансовой сфере. При любом спаде первые «жертвы» - это всегда те автомобили, которые востребованы меньше других, а именно машины класса экстралюкс, тяжелые траки, специфические модели, последние инновации. В то же самое время медленно, но верно подобный процесс начнет касаться и новых автомобилей. Продажа новых машин косвенно контролируется производителями, которые имеют возможность «кидаться деньгами», а именно предлагать субсидированные скидки (rebates) или субсидированные процентные ставки, компенсируя спад стоимости автомобилей на рынке. Производители, выпуская автомобили, ориентируются на температуру рынка и финансовый статус. Температура явно на спаде, но финансовый статус всегда зависит от фактора перепродажи и популярности на рынке. Еще и еще раз хочется напомнить - покупка машины - дело важное и серьезное, поэтому в который раз я советую вам иметь дело со специалистом, который держит руку на пульсе рынка.

Как всегда к вашим услугам - Алла, 22 года в автоиндустрии. Любые консультации бесплатны. Оптовые цены. Уют и комфорт.





**ALLA LATNER**

**- НЕЗАВИСИМЫЙ**

**АВТОМОБИЛЬНЫЙ**

**БРОКЕР**

**(720) 300-2332**

**Я НАЙДУ ВАМ ВАШ АВТОМОБИЛЬ**

**ПОКУПКА**

**ПРОДАЖА**

**ЛИЗИНГ**

**ФИНАНСИРОВАНИЕ**

**ТРЕЙД-ИН**

**ДОСТАВКА АВТОМОБИЛЯ К ВАМ ДОМОЙ ИЛИ ОФИС**

**ЛУЧШИЕ УСЛОВИЯ И ЦЕНЫ**

**ПЛОХОЙ КРЕДИТ? НЕ ПРОБЛЕМА!**

LICENSED WITH GREENWOOD AUTOMOTIVE



# Свадебный Салон – Love Bridal by Tatyana



**Мужские  
костюмы  
отличного  
качества  
от \$250  
и выше**

В ПРОДАЖЕ И В АРЕНДУ:  
СВАДЕБНЫЕ ПЛАТЬЯ,  
МУЖСКИЕ КОСТЮМЫ,  
ПЛАТЬЯ НА ЛЮБОЙ ПРАЗДНИК,  
ФРАКИ, ТАКСИДО И АКСЕССУАРЫ!

#### Наши услуги:

- Подгонка свадебного или вечернего платья по фигуре;
- Бесплатное хранение свадебного платья до церемонии;
- Специальная коробка для хранения свадебного платья;
- Профессиональная химчистка нарядов простого или сложного кроя;
- Отпаривание платья перед торжеством;
- Неограниченная по времени примерка нарядов.

**ПОШИВ ИНДИВИДУАЛЬНОГО  
ПЛАТЬЯ ПОД ЗАКАЗ,  
КОТОРЫЙ НЕ ТРЕБУЕТ  
ПЕРЕШИВАНИЯ ПОСЛЕ**

**CUSTOM-MADE DRESSES,  
NO ALTERATION AFTER  
WHEN ORDERED**

Добро пожаловать в свадебный салон Love Bridal by Tatyana!

**(970) 518-5767**

Адрес салона 2020 W Eisenhower Blvd, Loveland, CO 80537



# PURE RENOVATION AND REMODELING

Идет весна, а с ней и ремонты!..

Уважаемые читатели! Сегодня на страницах нашего журнала мы хотим вас познакомить еще с одним колорадским бизнесом, надежно зарекомендовавшим себя на рынке ремонтно-строительных услуг. Речь пойдет о Pure Renovation & Remodeling Handyman Service. По словам владельца этой компании, реконструкция и ремонты – не только его ежедневная работа, но, скорее, призвание.

Итак, знакомьтесь: Нелло, в бизнесе более 18 лет. По его словам, для фирмы нет ничего более важного, чем доверие клиентов. А теперь несколько слов о том, что отличает Pure Renovation & Remodeling Handyman Service от подобных бизнесов. И здесь уместно будет сначала несколько слов рассказать о самом владельце компании.

Нелло родился в Италии, но настоящий дом обрел в Колорадо, где встретил свою вторую половинку Анну, нашу соотечественницу. Вдвоем они создали замечательную семью, в которой растет двое детей – дочь жены от первого брака, которую Нелло принял, как родную, и очаровательный сын, названный в честь его итальянского деда.

Благодаря жене Нелло довольно органично вписался в русскоязычную общину Колорадо. Он не только успешно освоил язык и погрузился в его тонкости, но постарался понять особенности нашего менталитета. А это в свою очередь помогает лучше понять и удовлетворить вкусы и запросы своих клиентов, среди которых, понятное дело, немало русскоязычных. Удивительно, но именно этот культурный симбиоз и стал залогом успеха его бизнеса. Своеобразный стиль горного Колорадо, русские технологии и итальянский дизайн, американский подход к делу и, наконец, мастерство специалистов – все это работает на уникальность каждого проекта фирмы Pure Renovation & Remodeling Handyman Service

Компания предлагает своим заказчикам переделку и реконструкцию ваннных комнат, установку шкафчиков, оказывает сантехнические услуги, здесь также работают с разными видами дерева и плитки, устанавливают или обновляют веранды (дэки) – при этом учитывают стиль и тенденции современного дизайна. Достаточно почитать отзывы клиентов, чтобы понять, что команда Нелло состоит не только из мастеров своего дела, но пунктуальных и ответственных людей, которым можно и нужно доверить важные проекты для обновления наших домов. Вот так мастерство, любовь и слияние культур помогает создавать красоту наших с вами жилищ!



(720) 819-9892 / (646) 912-2455

ГОВОРИМ  
ПО-РУССКИ





<http://www.bmhcorp.org>



## ADULT DAY CARE • HOME CARE • TRANSPORTATION

13140 E Mississippi Ave, Aurora, CO 80012 • 720-282-3578

**НАША КОМПАНИЯ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ПОЛНЫЙ СЕРВИС**  
по уходу на дому, обеспечения дневного досуга и специального транспорта



### ДОРОГИЕ КЛИЕНТЫ!

#### Вас ждут:

- уютное помещение для дневного досуга
- игровые комнаты, бильярдная, русское ТВ
- профессионально приготовленная свежая домашняя еда
- высококвалифицированные, вежливые специалисты по уходу
- специализированный медицинский уход на дому
- клуб любителей развлекательных игр
- женский клуб
- группа здоровья
- компьютерные классы
- классы английского языка
- поездки по магазинам
- экскурсии по городу и пригородам
- музеи, выставки, фестивали, ярмарки
- концерты, фильмы, театры, казино и многое другое

Бесплатно оказываем помощь в оформлении документов и предоставляем нотариальные услуги

### МЫ НАНИМАЕМ РАБОТНИКОВ:

Оплачиваемый отпуск и праздники  
Зубная страховка  
Отличные условия работы  
Хорошая зарплата

**НАШ ДЕВИЗ -  
КАЧЕСТВО,  
А НЕ КОЛИЧЕСТВО!**

**ЗДЕСЬ  
ВАМ БУДУТ РАДЫ  
И ВСЕГДА НАЙДЁТСЯ  
ЗАНЯТИЕ ПО ДУШЕ!**



**SVN Diamond INC**  
**(720) 288-4545**

- ✓ Сертифицированные драгоценные камни
- ✓ Ювелирные изделия на заказ
- ✓ Индивидуальный дизайн



# СТРАХОВАНИЕ

на каждый день



Дома • Квартиры • Машины • Бизнеса

**Борис Литвак**  
Моё кредо - это надёжность

Офис: (720)535-1911 Мобильный: (303)902-6582 [BLITVAK@GMAIL.COM](mailto:BLITVAK@GMAIL.COM)



**The Barringer Law Firm** was established in 2007.  
Our office has successfully aided immigrant families around the world.

## **Криминальное дело**

Домашнее Насилие  
Распространение и Ношение Наркотиков  
Вождение в нетрезвом состоянии  
Выход под Залог  
Жестокие преступления  
Сексуальное Насилие

## **Иммиграционное право**

Визы  
Семейная Иммиграция  
Интернациональная Иммиграция  
Защита от Депортации  
Бизнес Визы  
Спортивные Визы

## **Семейное право**

Развод  
Опека Детей  
Алименты

**Предоставляем  
переводчика**

**Первая  
консультация**

**\$100**

**First  
consultation**



Our mission is to provide comprehensive, effective and superior legal services for cases ranging from immigration to criminal defense and civil matters.

## Criminal Defence

Domestic Violence

Drug Possession Distribution

DUI

Bail Bonds

Violent Crime

Sexual assault



MATTHEW K. BARRINGER

## Immigration

Visas

Family Immigration

International Immigration

Deportation Defense

Business Visas

Football Visas



JOSEF N. WACHSMANN, J.D.

## Family Law

Divorce

Child Custody

Child Support and Alimony

**We provide a translator  
to you if needed**



ADDRESS:  
5660 GREENWOOD PLAZA BLVD,  
SUITE 445, GREENWOOD  
VILLAGE, CO 80111

PHONE: 303.377.2338

EMAIL:  
MATTHEW@BARRINGERLAWFIRM.COM





В мае  
открытие  
новой  
стоматоло-  
гической  
клиники  
**Diamond  
Dental  
Group!**

- ✓ General Dentistry
- ✓ Cosmetic Dentistry
- ✓ Family Dentistry
- ✓ Exam and Cleaning
- ✓ Emergency Dentistry
- ✓ Dental Implants
- ✓ Dental Fillings
- ✓ Dental Crowns
- ✓ Teeth Whitening
- ✓ Dentures
- ✓ Root Canal

- ✓ Косметическая стоматология
- ✓ Профилактические обследования
- ✓ Профессиональная чистка зубов
- ✓ Детская стоматология
- ✓ Импланты
- ✓ Срочное лечение
- ✓ Пломбирование
- ✓ Коронки
- ✓ Обтеливание зубов
- ✓ Протезирование
- ✓ Лечение корневых каналов

МЫ ГОВОРИМ ПО-РУССКИ И ПРИНИМАЕМ БОЛЬШИНСТВО СТРАХОВОК

**Доктор Alexander Katanov, DMD**  
9779 East Hampden Avenue  
Denver, CO 80231

Phone: **720-505-3145**  
Web: **Diamonddentalgrp.com**  
email: **Admin@diamonddentalgrp.com**







# Ресторан «Националь»

приглашает Вас  
великолепно провести с нами время!

ВРЕМЕНА  
МЕНЯЮТСЯ,  
НАЦИОНАЛЬ  
ОСТАЕТСЯ!

**БАНКЕТЫ**  
**ВЕЧЕРИНКИ**  
**ДНИ РОЖДЕНИЯ**  
**ЮБИЛЕИ**  
**СВАДЬБЫ**  
**КОРПОРАТИВЫ**  
**И ДРУГИЕ**  
**ПРАЗДНОВАНИЯ**

909 S Oneida St,  
Denver, CO 80224

Весенняя Вечеринка  
с группой Сама Себе Режиссёр  
18 Мая - суббота, в 7 pm  
Билеты \$75, после 15 мая \$90  
Venmo или Zelle (303)332-8807  
Живая музыка ~ Еда ~  
Напитки ~ Дискотека  
Дресс-код весенние цвета/цветы  
(по желанию)  
Спиртное можно принести своё  
Будем рады Вас видеть!

**ВКУСНОЕ МЕНЮ**  
**ОТЛИЧНОЕ**  
**ОБСЛУЖИВАНИЕ**  
**ПРОФЕССИОНИЗМ**  
**ЖИВАЯ МУЗЫКА**  
**ТАНЦПОЛ**  
**ПРАЗДНИЧНОЕ**  
**НАСТРОЕНИЕ**

**(720)261-3939**





# НОВОСТИ НЕДВИЖИМОСТИ

**Р**ынок жилья США переживает крупнейшую встряску за последние годы. Влиятельная группа согласилась на изменение правил о том, как агенты по недвижимости получают вознаграждение, что может иметь большое значение для покупателей жилья.

Серьезные перемены в том, как американцы покупают дома, может произойти этим летом после того, как группа урегулировала антимонопольный иск, согласившись изменить правило, которое диктует, как агенты по недвижимости получают вознаграждение. Если соглашение будет одобрено судьей, изменение правил вступит в силу в середине июля, в результате чего индустрия недвижимости определит как будет выглядеть будущее покупки или продажи дома.

## ЧТО ИЗМЕНИТСЯ

Продавцы и покупатели жилья выбирают собственных агентов, которые должны помогать им ориентироваться на рынке. Большинство агентов являются членами Национальной ассоциации риэлторов (NAR) и платят взносы, чтобы быть частью организации, насчитывающей 1,5 миллиона агентов. Членство в NAR дает агентам доступ к спискам организации, известному как «служба множественных объявлений» или MLS, где агенты-продавцы могут размещать объявления.

В настоящее время в NAR действует правило, которое требует, чтобы агенты-продавцы включали комиссию, которая выплачивается за продажу дома. Несмотря на то, что комиссию платят продавцы, компенсация обычно делится между агентом-продавцем и агентом-покупателем.

В рамках урегулирования NAR заявила, что больше не будет позволять размещать комиссионные ставки в своих листингах. Организация также требует, чтобы агенты по закупкам имели письменные соглашения с покупателями, с которыми они работают.

## ПОЧЕМУ ЭТО ИЗМЕНЕНИЕ ИМЕЕТ БОЛЬШОЕ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ПОКУПАТЕЛЕЙ ЖИЛЬЯ

Защитники прав потребителей приветствуют урегулирование как шаг к прозрачности на рынке покупки жилья. Урегулирование может в конечном итоге изменить то, что заложено в продажную цену дома, давая покупателям понять, за что именно они платят. Иногда продавцы повышают цену своих домов, чтобы компенсировать комиссию, которую они платят агентам по недвижимости.

Поскольку агенты по закупкам должны будут составлять соглашения со своими клиентами, у покупателей будет больше возможностей для переговоров о комиссиях со своими агентами, в зависимости от того, какие услуги им от них нужны. Некоторые могут выбрать фиксированную плату или платить своему агенту почасово.

Некоторые агенты-покупатели по-прежнему могут пытаться разделить комиссию с агентами-продавцами, которые рекламируют свою комиссию на других платформах, помимо MLS, но поддерживать эту практику агентам будет сложнее с новым правилом.

## ПРИВЕДЕТ ЛИ ЭТО К СНИЖЕНИЮ ЦЕН НА ЖИЛЬЕ?

Неясно, окажет ли это изменение влияние на цены на жилье, по крайней мере, в краткосрочной перспективе. Эксперты сходятся во мнении, что цены на жилье в ближайшее время не пострадают.

В то время как продавцы могут установить более низкую цену на свои дома, потому что они больше не несут расходы на агента по покупке, многие покупатели по-прежнему будут платить за своего собственного агента, просто более прямым способом. Таким образом, общая стоимость покупки дома может остаться прежней. Урегулирование может дать покупателям

возможность договориться о том, сколько они платят своему агенту, что также может привести к общему снижению стоимости покупки дома.

## БОЛЕЕ ПРОЗРАЧНЫЙ РЫНОК

Пока неизвестно, какие изменения это соглашение принесет относительно цен на жилье, но эксперты сходятся во мнении, что изменения повлияют на тех, кто работает в сфере недвижимости. Урегулирование, возможно, побудит покупателей быть более внимательным в выборе своего агента, поскольку они будут платить им напрямую. Это повлечет к большей конкуренции для агентов.

Защитники прав потребителей утверждают, что существует переизбыток агентов по недвижимости, работающих в этой области. Несмотря на то, что существует спрос на агентов по недвижимости с опытом, некоторые из них, работающие в этой области, не всегда работают добросовестно.

Урегулирование может означать «более опытный пул агентов по недвижимости и, в конечном счете, лучший сервис по более конкурентоспособным ценам» для покупателей, сказала Соня Гилбух, доцент кафедры недвижимости в колледже Баруха. То, что урегулирование, как ожидается, окажет такое широкое влияние на сделки с недвижимостью, показывает, насколько сильно NAR имеет власть над отраслью, отмечают эксперты.

Стоит отметить, что несмотря на новое урегулирование, многие продавцы будут продолжать соглашаться на оплату комиссионных для агента-покупателя. Несмотря на то, что комиссия не будет указана в MLS, она может быть согласована между агентами и продавцом/покупателем. Специалисты считают, что отказ покрывать эти комиссии продавцами будет делать их недвижимость менее привлекательной для покупателей, ведь в основном покупатели, а особенно покупатели которые покупают недвижимость первый раз, не имеют дополнительных средств для оплаты услуг своего агента. В связи с повышенными процентными ставками за последние два года и постепенно растущих цен на недвижимость, продавцам зачастую необходима помощь с downpayment и closing costs. Если к этим затратам добавится комиссия их агента, то многие покупатели будут просто не в состоянии оплатить такую сделку.

**Ольга Загулова,**  
Ваш ипотечный брокер,  
специализирующийся на программах  
first time home buyers,  
self employment buyers  
and investment loans помогающий  
клиентам в получении кредита  
и в поиске наилучших условий  
финансирования и процентных ставок.  
**(303)204-1638**





# Olga Zagulova

*Ипотечный брокер, специализирующийся на программах first time home buyers, self employment buyers and investment loans, помогающий клиентам в получении кредита и в поиске наилучших условий финансирования и процентных ставок.*

**Mortgage Broker**  
Branch manager

**M** 303-204-1638

**E** olga@zpmloans.com

**A** 5200 DTC Parkway Suite #300,  
Greenwood Village, CO 80111

NMLS Number: 2075707

## Zagulov Construction and Remodeling LLC

**ПРЕДОСТАВЛЯЕМ СПЕКТР РЕМОНТНЫХ УСЛУГ:**

**Установка люстр, карнизов, светильников, дверных замков, дверей, туалетов, раковин и кранов**

✓ Восстановление гипсокартона, стен и потолков (framing and drywall)

✓ Покраска стен

**Emergency calls - nights and weekends**

Специализируемся на срочных вызовах - затопление, поломки. Работаем ночью и в выходные.



**Phil Zagulov**

Construction and Remodeling

**303-875-6957**



# Что может быть лучше сауны?

Ответ прост – только инфракрасная сауна!

**С**амое время разобраться, чем же всё таки отличается обычная и привычная финская сауна от инфракрасной.

Инфракрасная сауна – это улучшенная версия классической. При этом внутри инновационного изобретения также комфортно, как и в обычной бане. Только вместо пара на тело, костную ткань и суставы воздействуют ИК-лучи. Во-первых, они оказывают на организм благотворный эффект, а во-вторых, с их помощью из тела быстрее выводятся вредные вещества и соли. Но для достижения такого результата нужно знать правила посещения инфракрасной сауны. И поэтому, конечно, перед посещением нужно учитывать противопоказания, а также следовать рекомендациям врачей. Инфракрасную сауну изобрели в Японии не так давно. Изначально устройство использовали в медицинских целях. Пациентам, которым была противопоказана традиционная тепловая терапия, предлагали использовать ИК-лучи. Позднее этим видом саун стали пользоваться и остальные люди. Современные интерпретации ИК-сауны представляют собой кабины из древесины. Вместо традиционного влажного пара тело человека разогревается под воздействием инфракрасных излучателей. Надо заметить, что инфракрасное излучение контролируемое. Его регулируют, а в саунах установлены предельные значения.

## Сауна и спорт

Если вы интенсивно занимаетесь спортом, и физические нагрузки являются неотъемлемой частью вашей жизни, то сауна также будет этой составляющей. Но как и когда ею правильно пользоваться? Ведь сауна – это не только удовольствие, но и определенная нагрузка на сердечно-сосудистую систему, поэтому посещение сауны ДО физических тренировок не рекомендовано! После посещения Ваши мышцы слишком расслаблены (вы даже сами сможете это почувствовать), и они не способны выдерживать прежних нагрузок. Недаром после сауны наше тело становится более мягким и податливым. Также расширяются сосуды, поэтому мы и чувствуем приятное расслабление. Оптимально, если Вы провели определенное время в сауне, то заниматься интенсивными упражнениями следует только на следующий день после посещения. Сауна же ПОСЛЕ занятий спортом способна избавить от болей в мышцах и суставах за счёт выработки организмом эндорфинов. Она помогает устранить лактат молочной кислоты в мышцах (наша крепатура). Преимуществом является также и детоксикация организма, ведь через пот выводятся все вредные вещества и токсины! Повторим еще раз, что сауна служит прекрасным расслабляющим эффектом



после нагрузки, а ваше тело быстрее отдыхает и готовится в в укороченные сроки к следующим достижениям. Конечно, сейчас мы говорим об относительно здоровых людях, не имеющих противопоказаний.

## Инфракрасный свет и спорт

А вы знали, что существуют студии, где Вы занимаетесь спортом и одновременно получаете инфракрасный свет? Да, да! В нашем штате Колорадо есть несколько сетей фитнес-клубов, где существует такая услуга!

**Ruslana  
April**

- ✓ Personal Trainer
- ✓ Parties and Performances
- ✓ Ballet and Aerial Acrobatics
- ✓ Fitness Instructor

☎ (720)261-0721

✉ RApreleva@gmail.com







## ПЛЮСЫ И МИНУСЫ ТАКИХ ЗАНЯТИЙ



- Воздействие инфракрасного излучения помогает понизить уровень кортизола, что благотворно влияет прежде всего на наше тело.

- У Вас появляется энергия, которая помогает бороться с усталостью, избавляет от физического и даже эмоционального напряжения.

- Такие сеансы налаживают нервно-мышечную связь, благодаря которой мышцы укрепляются быстрее.

- Тепло от инфракрасного излучения быстрее и глубже попадает в ткани, суставы и мышцы, тем самым ускоряя поток кислорода. Медики очень часто советуют такие тренировки профессиональным спортсменам и атлетам в реабилитационный период после травм.

- Эти сеансы очень глубоко очищают поры, выводя с потом излишки соли и мочевины. Также за час такой тренировки возможно сжечь от 600 до 2000 калорий, а значит сбросить вес!

- Если у вас имеются заболевания сердечно-сосудистой системы, то вам категорически не подходит такой вид тренировок. Неконтролируемое расширение сосудов, которое улучшает кровообращение у здорового человека, может пагубно повлиять на самочувствие человека, имеющего различные заболевания сердечно-сосудистой системы.

- Если вы не используете правильный баланс питьевой воды в организме, то лучше не посещать такие занятия. Пить нужно как до, во время, так и после этих тренировок. Желательно пить минеральную воду со щелочным добавлением!

- Если во время тренировки вы почувствовали себя неважно (тошнота, головокружение и так далее), следует немедленно прекратить сеанс. Это может быть связано с переутомлением, непривычным общим состоянием или же может быть вызвано более серьезными проблемами со здоровьем.

**ПРАВИЛЬНЫХ ВСЕМ  
ЗАНЯТИЙ И ОТДЫХА!**



**ваш фитнес тренер,  
RUSLANA APRIL  
(720)261-0721**



Концерты и мероприятия в Колорадо / R.E.G. Events - Facebook Group

# EURO DANCE PARTY

**5.10.24**  
**EURO DISKOTEKA**  
GUEST PERFORMANCE BY ROCK BAND  
**НАДІЯ**  
"BEST OF" SONG COVERS IN RUSSIAN, ENGLISH, UKRAINIAN, POLISH  
**ROOFTOP & MUSIC OPEN ALL NIGHT**  
7PM DOORS OPEN / 8PM BAND / 10:30PM DANCING  
ORCHID DENVER / 21+ / HAPPY HOUR 8-10PM

**СТЕНДАП КОНЦЕРТ**  
В ДЕНБЕРЕ  
**STANDUP NIGHT**  
2 ИЮНЯ  
ДВЕРИ 17:00  
НАЧАЛО ШОУ 19:00  
Dahlia  
119 S BROADWAY  
СТЕНДАП СИСТЕМ | КАЗАХ ЛОВЕЛАС | МАТЬ ТРОИХ ДЕТЕЙ | ПРОГРАММИСТ-НЕУДАЧНИК | ДЕПРЕССИВНЫЙ ЕВРЕЙ

**САША НЕЗЛОБИН**  
**СТЭНДАП**  
**НОВОЕ ШОУ**  
14 ИЮНЯ  
ДВЕРИ 19:00 / НАЧАЛО 20:00 / ДИСКОТЕКА 22:30  
**EURO DISKOTEKA AFTERPARTY**  
21+ / DAHLIA DENVER / 119 S BROADWAY

NOV 16 SAT  
**mumiy troll**  
DENVER  
Oriental Theater  
fishcastly  
SUBE-A EVENT AGENCY



Купить билеты откройте приложение фото на своём телефоне и наведите его на код чтобы перейти по ссылке с информацией по всем мероприятиям R.E.G. Events Group







МАГАЗИН ОДЕЖДЫ  
И КОМИССИОННЫХ  
ТОВАРОВ

**Label Love** приглашает красавиц и модниц нашей общины к себе за покупками! А также, если хотите обновить свой гардероб, мы готовы принять ваши модные вещи и обувь на комиссию по договоренности. Кроме того, у нас будет представлена модная одежда, обувь и аксессуары из Италии, Испании и Турции.

**(303) 931-9692**

МАГАЗИН РАБОТАЕТ ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСИ

3000 S Jamaica Ct, #300  
Aurora CO, 80014



Где качество на первом месте!

**УСЛУГИ ЭЛЕКТРИКА**

Установка люстр,  
розеток, бытовой техники,  
видео камер наблюдения,  
автоматической системы  
закрытия гаражных ворот  
и многое другое.

 **(720)419-9694**







# FRUIT PARADISE

WE MAKE YOUR PARTY UNIQUE!

Если вы ищете действительно вкусный и красивый подарок для любого праздника, мы предлагаем вам наши великолепные композиции из фруктов, ягод и овощей. Также мы можем предложить вам мясные, овощные и сырные нарезки и букеты. Это станет незабываемым подарком для любого праздника! Заказ принимается минимум за 2 дня.



☎ (720)347-3805

📷 fruit\_paradise\_carving

✉ Fruitparadisecarving@gmail.com

📌 Fruit Paradise



# READY TO WRAP FLOWERS! EXCITING NEWS!



GOOL

WHERE THE FLOWERS WHISPER LOVE

WRAP YOUR LOVE, JOY, AND APPRECIATION IN THE BEAUTY OF FRESH FLOWERS! AT GOOL: FLOWER SHOP WE'RE THRILLED TO ANNOUNCE THAT WE'RE NOW OFFERING EXPERT FLOWER WRAPPING SERVICES, TAILORED JUST FOR YOU.

WHETHER IT'S A BIRTHDAY, ANNIVERSARY, OR JUST BECAUSE, OUR BEAUTIFULLY WRAPPED FLOWERS ARE THE PERFECT WAY TO BRIGHTEN SOMEONE'S DAY AND MAKE UNFORGETTABLE MEMORIES.

VISIT US TODAY AT 903 EAST COLFAX AVE, DENVER, CO 80218 AND DISCOVER THE MAGIC OF OUR WRAPPED FLOWERS!

LET'S WRAP UP HAPPINESS TOGETHER!

GOOL: FLOWER SHOP



TO PLACE AN ORDER:

☎ 7209035397

🌐 WWW.GOOLFLOWERS.SHOP





Family - Kids - Orthodontics - Oral Surgery - Implants

**COZY DENTAL**  
ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ

### Детская стоматология:

- Профилактические обследования
- Лечение кариеса
- Обезболивание разных видов
- Бережный подход к каждому ребёнку
- Пломбирование и лечение зубов
- Комфортная атмосфера для детей

БОЛЕЕ ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ НА САЙТЕ  
[www.cozydental.com](http://www.cozydental.com)



Стоматологический  
многопрофильный центр  
под руководством  
Доктора Азиза Расулова  
America's Top Dentists  
2009-2015, 2018

У нас работают опытные  
врачи-коллеги, а также  
врач-ортодонт и зубной хирург

Принимаем  
большинство страховок  
и предлагаем беспроцентное  
финансирование

### Взрослая стоматология:

- Обезболивание и анестезия
- Косметическая стоматология
- Отбеливание зубов
- Протезирование
- Импланты
- Хирургия полости рта
- Цифровой рентген с уменьшенной радиацией
- Лечение болезней дёсен
- Комфортное удаление зубов
- Лечение корневых каналов
- Botox and Juvederm fillers
- Брекеты (braces) and Invisalign

📍 14025 E Exposition Ave, Aurora CO 80012  
@ Info@cozydental.com 🌐 CozyDental.com

📞 303-340-0422





# Kishinevsky & Raykin

Attorneys and Counselors at Law

Опыт • Профессионализм • Эффективность • Результат



**Самая сильная команда адвокатов в Колорадо  
которая предоставит вам надёжную защиту ваших интересов**

В нашей компании мы понимаем, насколько сложное сейчас время. Мы желаем всем здоровья, безопасности и сделаем всё необходимое, чтобы Вы и Ваши близкие были защищены. Нам посчастливилось быть частью нашей замечательной общины Колорадо, и мы хотели бы внести свой вклад, чтобы обеспечить её дальнейший рост и успех. Наша команда адвокатов готова помочь в любых юридических вопросах в это непредсказуемое время. Пожалуйста, обращайтесь к нам! Мы будем рады Вам помочь!

«We at Kishinevsky & Raykin realize how difficult times are for everyone right now. We want everyone to be safe and healthy and do whatever is necessary to keep your loved ones free from harm. We are very fortunate to be members of this amazing community and want to do our part to ensure its continued growth and success. Our firm is here for you and ready to help. Please contact us with any legal questions you have during these unprecedented and frightening times.»

- Timur Kishinevsky



20 лет предоставляем юридическую помощь  
русскоязычной общине Колорадо

Рекордное количество выигранных судебных дел

Агрессивное предоставление интересов клиента в суде

Миллионы долларов выиграны в судебных процессах

720•748•8888

**КРИМИНАЛЬНОЕ ДЕЛО**

**БАНКРОТСТВО**

**ТРУДОВОЕ И БИЗНЕС ПРАВО**

**АВТОАВАРИИ**

Kishinevsky & Raykin, Attorneys at Law  
2851 S. Parker Rd., Suite 150  
Aurora, CO. 80014  
[www.coloradolawteam.com](http://www.coloradolawteam.com)



# Астрологический прогноз на 2024

Давайте рассмотрим ключевые события и тенденции, которые будут влиять на различные моменты жизни в 2024 году на основе планетарных влияний и астрологических аспектов.

**2024** год Зеленого Деревянного Дракона в восточном гороскопе. Восточный гороскоп, как известно, основывается на лунном календаре, поэтому начало года приходится на 10 февраля 2024 года, а конец - на 28 января 2025 года, что символизирует год Дракона.

В Китае Дракон — не просто мифическое существо. По сути, это символ многовековой культуры. Его изображение попадает на большинстве строений и предметов быта страны, а сам он считается не чем

иным, как отображением императорской власти. Несмотря на то, что Дракон обладает определенным авторитетом и считается очень могущественным, согласно сказаниям, ему не чуждо миролюбие. Под его покровительством всегда проходят наиболее удачные времена, наполненные приятными встречами, переменами и избавлением от многих проблем.

Дракон появится под стихией дерева, которая символизирует благоприятные условия для создания новых отношений и семьи. Считается, что Деревянный Дракон молчалив, терпелив и трудолюбив.

Чтобы 2024 год был удачным, недостаточно знать только стихию, надо обязательно учитывать, какой цвет сопутствует году Дракона. От этого зависят характеристики предстоящего периода. Зеленый сулит удачу тем, кто находится в поисках родственной души и поддержки близкого человека. Восточная культура использует зеленый цвет как символ единства, символ народа. Поэтому от 2024 года стоит ожидать особой благосклонности к простым жителям.

Чего точно Дракон не одобрит, так это сомнительных финансовых махинаций, афер и денежных займов. Если не дразнить священное животное, то вам обязательно повезет в финансовом аспекте.

## Кому сопутствует удача в 2024 году

Я исследовала, какие знаки зодиака могут ожидать удачу в 2024 году, и что это символизирует. В этом году сочетание стихии и цвета делает его особенно благоприятным для руководителей, общественных деятелей и активистов, а также для тех, кто серьезно настроен на карьеру. Это объясняется тем, что Дракон, как символ этого года, воплощает мужскую энергию, которая поощряет активность, упорство и решительность.

Люди, родившиеся в год Обезьяны, Крысы и Петуха, могут рассчитывать на поддержку и покровительство Дракона. Однако Бык, Собака и Змея, возможно, столкнутся с некоторыми трудностями в продвижении по карьерной лестнице, а также в семейной жизни. Особенно внимательными должны быть те, кто родился в год Дракона. Им предстоит пережить период с высокими и низкими точками.

## Атрибуты удачи

У каждого года есть свои «счастливые предметы», которые помогают привлечь удачу. В 2024 году символ удачи соответствует символу этого года.



Чтобы создать атмосферу удачи в 2024 году, можно украсить свою квартиру различными элементами декора, например, небольшим деревцем. Вместо живого растения в горшке можно использовать искусственное дерево или светильник в форме бонсаи. Также можно повесить картину с изображением дерева и надеть тематические кулоны и другие украшения. Главное, чтобы крона выбранного дерева была пышной, чтобы привнести в дом силу, богатство и здоровье.

## Планеты

В 2024 году нам предстоит наблюдать за влиянием различных планет, которые будут вносить свой вклад в наши жизни. Например, Сатурн продолжит свое воздействие на нашу структуру и организацию, поощряя терпение и упорство. В то же время Юпитер будет приносить удачу и благополучие в различные сферы жизни, стимулируя их рост и развитие.

## Личная жизнь и отношения

Особенно хочется отметить, что 2024 год будет благоприятным временем для развития личных отношений. Влюбленные смогут наслаждаться гармонией и страстью, а те, кто находятся в поисках своей второй половинки, могут быть уверены, что у них есть большие шансы ее найти. Однако важно помнить - коммуникация и уважение являются ключевыми аспектами успешных отношений.

Влияние некоторых планет:

- 1 **Сатурн**: Сатурн будет продолжать свое воздействие на нашу структуру и организацию. Он подтолкнет нас к терпению, упорству и дисциплине. Это может помочь нам достичь поставленных целей и создать стабильность в жизни.
- 2 **Юпитер**: Юпитер будет приносить удачу и благополучие в различные сферы жизни. Он может стимулировать рост и развитие, а также помочь нам расширить свои горизонты и достичь новых высот.
- 3 **Марс**: Марс будет влиять на нашу энергию и мотивацию. Он может придать нам дополнительную силу и решительность в достижении наших целей. Однако, важно помнить, что иногда Марс может также приводить к более агрессивному поведению, поэтому важно научиться управлять своей энергией и использовать ее конструктивно.
- 4 **Венера**: Венера будет влиять на взаимоотношения и любовную сферу. Она может принести радость, гармонию и страсть в наши отношения. Постарайтесь воспользоваться этим благоприятным временем для развития романтических отношений и поиска истинной любви.

5 **Меркурий**: Меркурий будет влиять на нашу коммуникацию и интеллектуальные способности. Он может помочь нам развить навыки общения, быть более гибкими в выражении своих мыслей и идей, а также стимулировать креативное мышление.

Перечисленные примеры – далеко не вся информация о влиянии планет на нашу жизнь в 2024 году. Каждая планета имеет свои уникальные характеристики и весьма возможно, что влияние других планет также будет ощутимо в течение года.

А сейчас я поделюсь с вами астрологическим прогнозом на 2024 год для каждого знака зодиака. Однако учтите, что астрологические прогнозы основаны на общих тенденциях и не могут предсказать конкретные события или исключения. Чтобы узнать, что именно ожидает вас лично, лучше прийти ко мне на индивидуальную консультацию.

## ВОТ КРАТКИЙ ОБЗОР ДЛЯ КАЖДОГО ЗНАКА ЗОДИАКА:

- 1 **Овен** (21 марта – 19 апреля): в 2024 году Овны могут ощутить влияние Сатурна, что поможет им укрепить свою позицию и достичь стабильности в карьере. Однако будьте готовы к трудностям, которые могут потребовать дисциплины и упорства.
- 2 **Телец** (20 апреля – 20 мая): для Тельцов 2024 год может быть периодом финансового роста и стабильности. Вы можете ощутить приток энергии и мотивации, чтобы преуспеть в своих целях. Будьте готовы к новым возможностям и вызовам.
- 3 **Близнецы** (21 мая – 20 июня): в 2024 году Близнецы могут столкнуться с изменениями и переменами в своей жизни. Будьте готовы к адаптации и гибкости. Это время нужно использовать для личного роста и развития.
- 4 **Рак** (21 июня – 22 июля): для Раков 2024 год может быть периодом гармонии и укрепления личных отношений. Вы можете ощутить поддержку и любовь своих близких. Прислушивайтесь к эмоциям и заботьтесь о своем благополучии.
- 5 **Лев** (23 июля – 22 августа): в 2024 году Львы могут ощутить влияние планеты Юпитер, что означает удачу и возможности карьерного роста. Будьте готовы использовать свои таланты и лидерские качества.
- 6 **Дева** (23 августа – 22 сентября): для Дев 2024 год может быть периодом фокуса на здоровье и благополучие. Будьте внимательны к своим потребностям и заботьтесь о своем физическом и эмоциональном состоянии. Также уделите внимание развитию навыков и образованию, так как это может принести вам новые возможности.
- 7 **Весы** (23 сентября – 22 октября): для Весов 2024 год может быть периодом гармонии и баланса в отношениях. Не забывайте о своих близких и постарайтесь создать равновесие между личными и профессиональными обязанностями.

8 **Скорпион** (23 октября – 21 ноября): в 2024 году Скорпионы могут ощутить влияние планеты Плутон, что приведет к глубоким трансформациям и возможностям для роста. Будьте готовы к переменам и исследованию своих внутренних мотиваций и страстей.

9 **Стрелец** (22 ноября – 21 декабря): для Стрельцов 2024 год может быть периодом расширения горизонтов и новых путешествий. Уделите внимание своим целям и амбициям, не бойтесь искать новые возможности за пределами своей зоны комфорта.

10 **Козерог** (22 декабря – 19 января): в 2024 году Козероги могут ощутить влияние Сатурна, что не исключает стабильности и успеха в карьере. Будьте готовы к трудной работе и самодисциплине, чтобы достичь своих целей.

11 **Водолей** (20 января – 18 февраля): для Водолеев 2024 год может быть периодом инноваций и новых идей. Вполне возможно вы ощутите влияние планеты Уран, что может привести к неожиданным изменениям и возможностям. Настройте себя на адаптацию нового, а также на готовность к экспериментированию.

12 **Рыбы** (19 февраля – 20 марта): в 2024 году Рыбы могут ощутить влияние Нептуна, что означает вдохновение и интуитивное понимание. Уделите внимание своим мечтам и творческим стремлениям. Рыбам лучше всего избегать использования телефона или других электронных устройств перед сном, чтобы не нарушать собственный сон.

Дорогие читатели журнала «Сама себе режиссёр»! Каждый из вас родился при совершенно уникальном расположении планет. В рамках этой небольшой публикации мы дали вам лишь общие советы о том, на что нужно обратить внимание в 2024 году. Для того же, чтобы ответить на важные персональные вопросы, например, как запустить денежные потоки или как построить идеальные отношения, нужны индивидуальные решения. В этом, несомненно, вам может помочь профессиональный астролог. В свою очередь я приложу все усилия, чтобы найти для вас самые верные ответы, как найти свое дело, выбрать свое время, принять своего партнера, следовать своему пути. А когда ты находишь свой путь, то и двери открываются, и жизнь складывается, и звезды помогают. Живите в ладу с пространством, а астрология поможет этот лад найти!



Астролог **Натали Бяльский**  
Natali SoulFormula  
**303 359 1610**  
Инстаграм: [@natalisoulformula](https://www.instagram.com/natalisoulformula)  
[www.yoursoulformula.com](http://www.yoursoulformula.com)



## УМНЫЕ ВЛОЖЕНИЯ ИЛИ КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ СВОЙ НАЛОГОВЫЙ ВОЗВРАТ (IRS TAX REFUND) НА ПОКУПКУ НЕДВИЖИМОСТИ

**Друзья! Многие из вас уже, вероятно, получили возврат за налоговый период. Как и на что большинство из нас тратит эти деньги? Многие используют их на спонтанные покупки вроде нового телефона или планшета. Есть среди нас и те, кто откладывают деньги на отпуск, ремонтные работы по дому или, скажем, на новую машину. Все это, безусловно, понятно и хорошо. А если подумать о будущем и распорядиться налоговым возвратом более толково? Об этом и будет наш сегодняшний разговор.**

Для некоторых потенциальных покупателей жилья может оказаться финансово непросто внести первоначальный взнос, необходимый для получения ипотечного кредита. Хотя существует множество источников средств для первоначального взноса, например, собственные сбережения, подарки или программы, предоставляющие помощь с первоначальным взносом, одним из отличных вариантов является денежный возврат налогов.

Если вы планируете получить денежный возврат от дяди Сэма в этом году, вместо того, чтобы покупать новый автомобиль или поездку на отдых или же попусту потратить деньги в одном месте, подумайте о возможности использовать их в качестве первоначального взноса по ипотеке.

Среднестатистический покупатель жилья делает первоначальный взнос в размере от 3% до 20% от стоимости недвижимости. Иполь-

зование налогового денежного возврата для увеличения первоначального взноса может помочь вам достичь своей цели быстрее, чем вы ожидаете. Широко известно, что идеальная сумма первоначального взноса составляет 20% от стоимости покупки. Хотя большинство кредиторов и различные программы ипотечного кредитования позволяют делать меньшие первоначальные взносы для получения ипотечного кредита, покупатели, которые могут внести 20% первоначального взноса, окажутся в лучшем положении для получения и одобрения финансирования. Вы также можете избежать необходимости платить за ипотечное страхование (Mortgage Insurance), что высвободит больше денег для выплат по вашей ипотеке. В общем, чем больше первоначальный взнос, тем больше дом вы можете себе позволить.

Скажем и то, что использование налогового денежного возврата может помочь вам получить более низкую процентную ставку. Кредиторы считают, что покупатели с большим первоначальным взносом менее подвержены риску невыплаты кредита и могут вознаграждать их более низкой процентной ставкой. А также в процессе покупки жилья ваш кредитор может предложить вам опцию покупки «скидочных поинтов» (DISCOUNT POINTS) с целью понижения процентной ставки по вашей ипотеке. "Поинт" равен 1% от ссуды. Так скидочные поинты являются предварительным платежом процен-

тов для закрепления более низкой процентной ставки по вашей фиксированной ипотеке.

Использование налогового денежного возврата для оплаты скидочных поинтов может помочь не только снизить сумму ваших ежемесячных ипотечных выплат, но и принести значительные сбережения на протяжении всего срока займа.

Другое большое препятствие, с которым сталкиваются некоторые покупатели, - это погашение затрат на закрытие ипотечного кредита (CLOSING COST), которые могут составлять от 2 до 5 процентов от остатка ссуды. И это идет из вашего кармана помимо первоначального взноса! Затраты на закрытие сделки - это платежи, вносимые вашему кредитору за работу, необходимую для завершения сделки. Сюда обычно входят банковские и нотариальные расходы, оценка и страховка недвижимости, Тайтл расходы, выплаты по налогам за недвижимость и т.п.

Хотя опытный кредитор может помочь найти способы, чтобы снизить или покрыть затраты на закрытие, использование налогового возврата для их оплаты является отличным вариантом, который может помочь вам пройти через финишную черту.

Итак, мы выяснили, что ваш налоговый денежный возврат может быть идеальным вариантом для вас при покупке недвижимости! Если вы задумываетесь о покупке дома в этом году и не знаете с чего нужно начать, первый шаг - это связаться с профессионалом кредитования, который поможет ответить на все ваши вопросы и подготовить вас к получению ипотеки. Буду рада помочь!

**Ирина Шамаев**

*Ваш надежный мортгидж брокер*

## Ирина Шамаев

ИПОТЕЧНЫЙ БРОКЕР

Your Personal Mortgage Navigator



**(303) 731-9933**

[irina@mtgnavigators.com](mailto:irina@mtgnavigators.com)

5575 S. Sycamore St, Suite 112

Littleton, CO 80120

NMLS# 1497679



## ФИНАНСИРОВАНИЕ И ПЕРЕФИНАНСИРОВАНИЕ НЕДВИЖИМОСТИ

- ✓ Низкие Проценты
- ✓ Выгодные Условия
- ✓ Down Payment Assistance

- ✓ Большой спектр программ кредитования

All applications are subject to credit approval. Program terms and conditions are subject to change without notice. Other restrictions and limitations may apply. This is not a commitment to lend. NMLS#1685839 Mortgage Navigators, LLC #720-345-2341, Regulated by the Colorado Department of Real Estate.



**В НАШЕЙ КУЛИНАРИИ  
ВЫ НАЙДЕТЕ РАЗНООБРАЗИЕ  
НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД**



# TANDOORI

## HALAL DELI

**4034 S.PARKER RD.  
AURORA, CO 80014**



# ИНДОНЕЗИЯ. БАЛИ.

Загадочная  
для многих  
страна,  
которую  
мы открыли  
для себя  
недавно  
и ничуть  
не пожалели!

Спасибо Кате Гайер, что взяла меня с собой в это путешествие. Но обо всем по порядку.

Надо признаться, что перед поездкой мои знакомые делились очень разными впечатлениями про их опыт поездок на Бали. Честно скажу, было страшновато ехать в страну третьего мира. Кто-то говорил, что там очень бедно и грязно, кто-то, наоборот, восхищался этим сказочным местом!

Для меня же эта поездка стала одной из самых впечатляющих и насыщенных путешествий моей жизни. Я поехала со своей подругой Катей, которая по профессии туристический агент. Один минус путешествия на Бали - далекоовато. Примерно 25 часов лететь из Денвера, три остановки, с пересадками по 3-5 часов, вся дорога 40+ часов. Но оно стоит того, по крайней мере для меня. Хочу добавить, что в нашей группе были люди, которым Бали совсем не понравился, думаю, произошло это оттого, что здесь они вышли из привычной зоны своего комфорта. Но - каждому своё. Расскажу про него вам своими словами, про этот удивительный, поцелованный Богом остров!

Мы летели Денвер - Лос Анжелес - Тайвань - Бали. Аэропорт Тайваня приятно удивил, чего не скажешь о калифорнийском аэровокзале. В Тайване (извините за подробность) даже туалеты удивили, унитазы с кнопками и разными функциями! Несмотря на то, что мы были сильно уставшими, мы бегали по этому аэропорту как по музею, делая множество фотографий. Комнаты ожидания с разной тематикой и разными развлечениями приятно впечатлили. Аэропорт Бали тоже интересный, в своеобразном индонезийском стиле.

Мы останавливались в двух отелях, двух городах Кута и Убуд. В Куте мы провели 3 дня. Брали много разных туров.

Кута - небольшой городок, со своим шармом и интересным местами. В наш первый день рано утром мы вышли погулять в город, зашли в магазинчики и нашли множество салонов с массажем. Цены от \$10 в час, поэтому массаж почти каждый день входил в нашу программу. Что ещё удивило в первый день - это множество храмов, причём везде, и отношение людей к богам. Большинство индонезийцев на Бали исповедуют индуизм, несмотря на то, что практически вся Индонезия мусульманская. Балинезийцы каждое утро «кормят» богов, делая небольшие корзинки из бамбуковых листьев, в которые кладут цветы, фрукты, хлеб, травку, душистую палочку и иногда даже сигаретку. Эти корзинки ставятся на улице у входа в помещение или въезда в отели, а также перед магазинами и домами.





Наш гид по имени Йога был всегда одет в их традиционную одежду - юбка сари и ободок на голове, который по его словам должен уберечь от дурных и нечистых мыслей. Он был с нами всю неделю, всё показывал, рассказывал и отвечал на множество наших вопросов.

В Убуде мы ездили в храм Улувату и смотрели Kechak танец на вершине обрыва, омываемый Индийским океаном. На этой территории обитает множество обезьян, о которых нас заранее предупредил Йога - никаких очков и головных уборов, но народ не всегда слышит ушами, доказательством чему было множество валяющихся на земле сломанных очков и головных уборов. Обезьяны осторожно подбегают сзади, срывают эти предметы, а затем убегают в сторону и грызут то, что украли. Животные эти смешные и забавные, за ними можно наблюдать часами.

## Лемпуанг Храм

Чтобы побывать там, мы с Катей взяли отдельный тур, так как групповой не включал в себя этот пункт, который мы очень хотели посетить. В Лемпуанг Храм нужно было выезжать в 4 утра, дорога от нашего отеля заняла пару часов. Чего не сделаешь ради редкой фотки! Очередь для фото там минимум 2 часа. Пока мы ждали своей очереди, решили прогуляться и нашли ещё одно интересное место для фотографии с «волосатым» сердечком, лодкой, лапой гозиллы, и качелью над обрывом.

## Тирта Ганга

Дворцовый комплекс был построен в 1942-1946 годах правителем провинции Карангасем (Karangasem), звали его Анак Агунг Англурх Кетут. Это редкий случай в истории, когда политик такого уровня лично принимал непосредственное участие в строительстве своей резиденции. Раджа Кетут был известен своим страстным увлечением архитектурой. Существует легенда, что будто бы раджу на возведение комплекса вдохновила поездка во Францию, в Версаль. Вряд ли дворец на воде имеет что-то общее с Версалем, но первое, что бросается здесь в глаза — это обилие деталей, которые хочется рассматривать.

По всему саду расположено множество статуй. Они символизируют богов и демонов из индуистского эпоса — Рамаяна. Центральным элементом сада является фонтан Нава Санга на нижнем уровне. Его название можно перевести как «божественный хранитель». Фонтан состоит из 10 ярусов и символизирует высшего бога (Санг Хьянг Види), окруженного статуями балийских божеств.

Считается, что дворец был построен на месте святого источника, бьющего у подножия дерева Баньян. Это место называют Embukan, что можно перевести как родник. Источник существует и по сей день. Рядом с ним расположен небольшой храм, к которому балийцы ежедневно приносят подношения.

продолжение на странице 46



начало на странице 2

**- Есть ли у вас кумир, и если да, то кто этот человек?**

- Меня всегда привлекал высокий интеллект и умение воплотить в жизнь самые невероятные идеи, поэтому для меня кумиром был и будет Стив Джобс, один из безусловных гениев своего поколения. Сегодня наша жизнь просто невозможна без его изобретений! Восхищаюсь его коммерческим чутьем, даром предвидения. Стив Джобс всегда был способен идти в ногу со временем и даже опережать его, он умел презентовать свои изобретения и не боялся рисковать.

**- Позвольте вам задать вопрос личного характера. Расскажите, если можно, о своей семье.**

- У нас большая семья, которая увеличивается с каждым годом! Прабабушки и прадедушки родом из Польши, Беларуси и Украины. На Дальний Восток они попали в результате известного переселения в начале 1900-х годов. Там уже встретились и создали семьи бабушки и дедушки. В Хабаровске до сих пор живут мои мама, брат с сестрой, их дети и внуки. Здесь, в Денвере, у меня три дочери, зять и трехлетний внук. Время летит так стремительно, что я не успела заметить, как быстро выросли мои дети! Они радуют меня своими достижениями в работе, учебе и спорте.

**- Сожалеете ли вы о чем-то?**

- Безусловно, ведь это естественное чувство человека. Например, я жалею о некогда принятых неверных решениях, об упущенном времени или возможностях, о незавершенных делах или потраченных ресурсах. Сожалею, если словом или делом ненароком обидела кого-то. Но при этом извлекла и опыт, «сын ошибок трудных»... А дальше надо идти вперед. Так и только так!

**- Чем отличается ваш бизнес от других подобных ему бизнесов?**

- Я часто слышу от клиентов, что у нас в салоне домашняя и доброжелательная атмосфера. Здесь скорее всего клуб приятных встреч, где пересекаются приятельницы, обмениваются новостями, пьют фруктовый чай со сладостями, и все это на фоне получения необходимых услуг. Одна из постоянных наших клиенток назвала салон «министерством счастья», ведь по ее словам люди уходят отсюда обновленные, помолодевшие и с зарядом позитива!

**- Можете ли вы припомнить забавный или необычный случай из вашего опыта работы в салоне?**

- Конечно! Однажды к нам обратилась одна клиентка с довольно необычной просьбой – на каждом ногте должен был быть нарисован портрет ее кошки. Не скрою, наш мастер маникюра



был несколько удивлен, но весело восприняв задачу, принялся за работу. Он потратил не один час на изображение мордочки кошки на каждом ногте, используя миниатюрные кисточки и специальные краски. Результат превзошел ожидания – клиентка была в восторге, ведь с каждого ногтя на нее смотрела ее любимица! Такие творческие моменты приносят радость и вдохновение как нашим мастерам, так и клиентам.

**- И все-таки вернемся к разговору о вашем бизнесе и конкретной специализации.**

- Наш салон – то место, где клиенты получают профессиональный уход за ногтями, руками и ногами. Мы предлагаем маникюр, педикюр, наращивание ногтей, дизайн и, конечно, укрепление натуральных ногтей. Кроме этого у нас есть мастера перманентного макияжа, косметологии и массажа лица. Я надеюсь, что гостеприимная атмосфера, высокий уровень сервиса позволяют нам привлекать новых клиентов, а также ценить тех, кто однажды «сходил на сторону», сравнил услуги, сделал выводы и вернулся обратно к нам. Честно говоря, есть у нас и определенные трудности с записью всех желающих. Из-за большой загруженности не всегда получается отвечать на все вопросы вовремя. В начале лета планируем переехать в новое помещение из 11 комнат, где будут работать мастера маникюра и педикюра, а также парикмахеры и стилисты. Так что спектр услуг красоты расширяется, и это не может не радовать.

**- А на чем специализируетесь лично вы, Татьяна?**

- Моя основная работа – препаратный педикюр. Вот уже пятый год помогаю людям избавиться от таких серьезных проблем, как трещины на пятках, натоптыши, сухая кожа и отслаивающиеся ногти. Не представляете, ка-



ких удивительных результатов можно добиться с помощью препаратного педикюра KAPT израильского производства. Для тех, кто не знаком с этой маркой, скажу, что косметическая линия KAPT – результат многолетнего труда и научных изысканий косметологов, подологов и дерматологов. Препараты содержат фруктовые кислоты и ферменты, экстракты и эфирные масла лекарственных трав, витаминные комплексы. Благодаря их мягкому воздействию размягчение кожных уплотнений происходит без распаривающих ванночек. KAPT имеет как косметический, так и лечебный эффект, стимулирует клетки к обновлению и восстановлению, применяется как самостоятельная процедура, так и в составе комбинированных педикюров. Так что, дорогие друзья, если у вас гиперкератоз, повышенная потливость, трещины, вросшие ногти, мозоли, вам просто необходимо обратиться к нам. Важное преимущество педикюра KAPT – доступность для больных диабетом и беременных женщин.

**- Могли бы вы подробнее остановиться на этой проблеме? Проблема сахарного диабета на сегодняшний день становится все более актуальной.**

- Педикюр при сахарном диабете – процедура, необходимая не только для красоты стоп, но и для поддержания их в здоровом состоянии. При этом заболевании, как мы уже упоминали, возникает ряд серьезных проблем: кератоз (ороговение кожи), сухость, сопровождаемая образованием трещин, низкая чувствительность, плохая способность тканей к восстановлению. Если не бороться с этими



неприятными последствиями диабета, они становятся причиной появления диабетической стопы. Обращение к опытному специалисту позволит стопам вернуть нормальный внешний вид и здоровье.

Необходимо сказать и то, что выбор педикюра для диабетиков очень ограничен. Обрезная процедура с использованием обычного режущего инструмента недоступна из-за высокой вероятности повреждения мелких сосудов. А это в свою очередь может спровоцировать долго незаживающую рану, а при ее инфицировании привести даже к ампутации. Аппаратный педикюр применяется с большими ограничениями. И только появление процедуры KAPT с использованием препаратов на основе фруктовых кислот открыло возможность тщательно и безопасно ухаживать за стопами пациентов, страдающих диабетом.

**- Есть ли противопоказания у этой процедуры?**

- К сожалению, есть. Процедуру нельзя применять в случаях активной стадии грибковых заболеваний, наличия открытых ран и водяных мозолей, сверхчувствительной кожи, а также аллергических реакций на компоненты препаратов. Обязательно отмечу и то, что в моем салоне можно приобрести различные препараты для домашнего ухода, которые позволяют повысить эффективность процедур, дополнив салонные процедуры домашним уходом. Многие препараты оказывают комплексное разностороннее действие, что делает их взаимозаменяемыми и позволяет разнообразить программы, обеспечив индивидуальный подход к каждому клиенту.

**- Огромное спасибо вам, Татьяна, за такую важную и полезную информацию. И в завершение беседы – традиционный вопрос: что бы вы хотели пожелать читателям «Сама себе режиссёр»?**

- Безусловно, вдохновения. Чтобы каждая страница журнала и информация, опубликованная здесь, подсказывала читателям новые идеи и пути их осуществления. Конечно, успехов. Ставьте перед собой цели и уверенно двигайтесь по направлению к своим мечтам. И, наконец, развития. Пусть с помощью журнала расширится ваш кругозор, вы почерпнете новые знания, необходимые для развития личности. Желаю также положительных перемен, гармонии, баланса и раскрытия потенциала. И как специалист в области красоты, желаю всем читательницам быть обаятельными и привлекательными. И мы им в этом поможем!

(303) 304-0203

Салон LADY

3000 S Jamaica Ct #310

Avonra, CO 80014





A vibrant, stylized illustration of a world map. The map is rendered in a colorful, painterly style, with various landmarks and buildings visible. In the center, the Eiffel Tower is prominent. To the right, there's a clock tower. The sky is filled with numerous hot air balloons in various colors and patterns, floating against a bright blue background with some white clouds. The overall scene is bright and cheerful, suggesting a theme of travel and exploration.

*Journeys*

*Around*

**THE WORLD**


**SUMMER ART CAMP FOR KIDS 5-12Y.O.**



# Летний детский арт-лагерь «Путешествия по странам!»


Погрузитесь в мир приключений и творчества в летнем детском арт-лагере «Путешествия по странам!»


ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5 ДО 12 ЛЕТ


 Хотите, чтобы ваш ребенок отправился в увлекательное путешествие по разным странам мира, не покидая город? Тогда наш арт-лагерь - идеальное место для его креативного развития!


 **В НАШЕМ ЛАГЕРЕ ДЕТИ БУДУТ:**


- ✓ Изучать культуру, искусство и традиции различных стран
- ✓ Создавать удивительные художественные работы в стиле мировых художников
- ✓ Познавать музыку, кулинарию и ремесла разных уголков планеты
- ✓ Участвовать в интересных играх, конкурсах и развлекательных мероприятиях

 Каждая неделя - это новое приключение! От Европы и Азии до Африки и Латинской Америки, дети погрузятся в уникальную культуру каждой страны, раскроют свой творческий потенциал и завоюют новых друзей.


 Не упустите шанс сделать лето вашего ребенка ярким и незабываемым! Запишите его в летний детский арт-лагерь "Путешествия по странам" уже сегодня!

 **Даты:** с 3 июня по 28 июня;  
с 22 июля по 9 августа

 **Время:** с 8:30ам-3:30рм

 **Дни недели:**  
с понедельника по пятницу

 **Место:** 6050 Greenwood Plaza Blvd  
Unit 100 Greenwood Village 80111

Зарегистрируйте своего маленького путешественника прямо сейчас [www.artisticfoxacademy.com](http://www.artisticfoxacademy.com) и дайте ему возможность открыть для себя мир искусства и культуры разных стран! 

Также этим летом мы открываем новый класс для любителей анимэ и манга. Регулярные арт классы будут идти по расписанию. Так же наши мастера проводят индивидуальные классы для детей и взрослых. И, конечно, мастер классы для взрослых по масляной, интерьерной, акриловой живописи будут также все лето радовать вас.

Ответы на любые вопросы и дополнительную информацию можно получить по телефону: **720-216-7586**

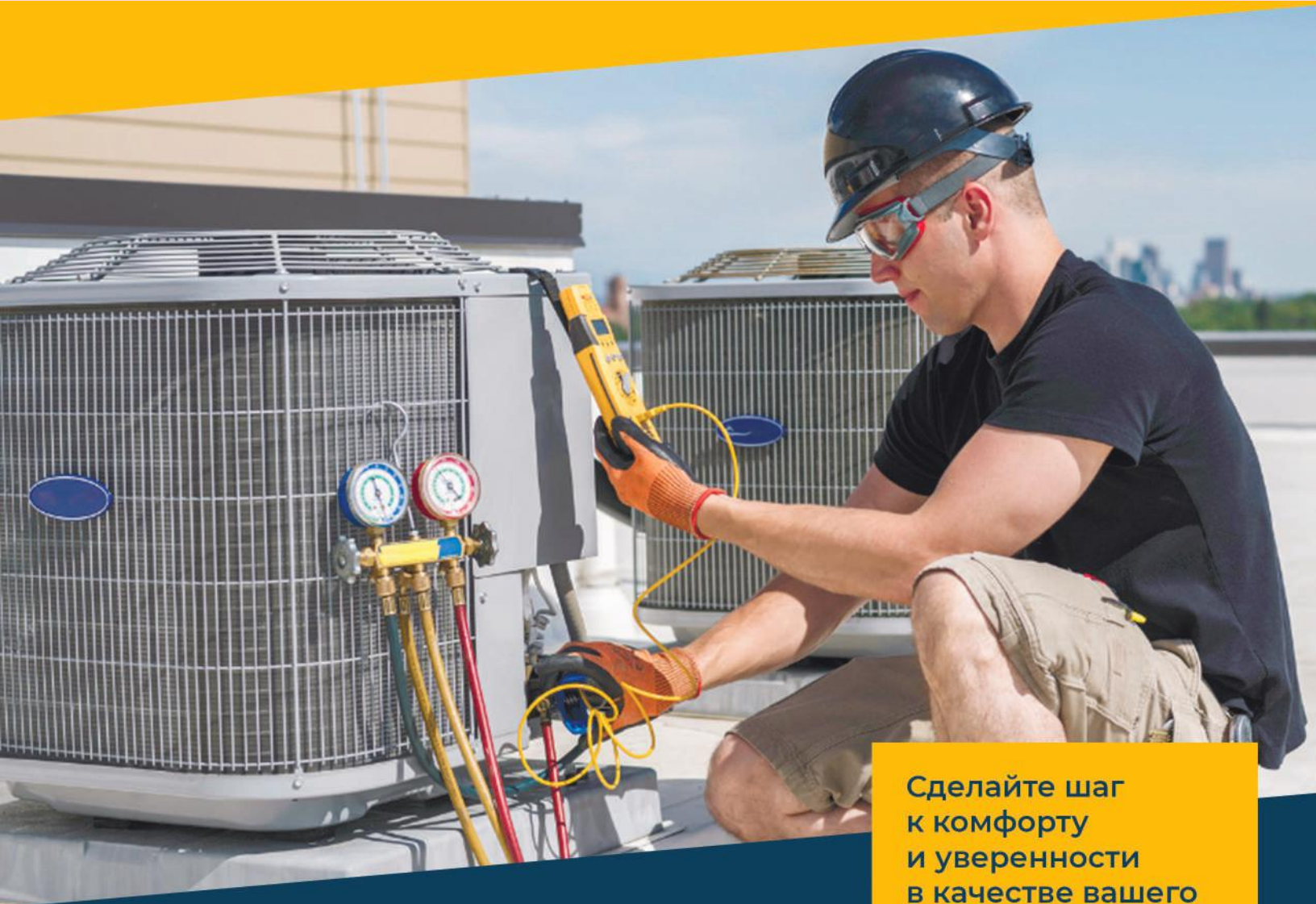
Новый учебный год начнётся, как обычно, с 1 сентября. Регистрация на сайте откроется с 25 июня.

Наилучшие пожелания,  
Кадрия Шакирова-Уалдэн  
Член Профессионального Союза  
Художников России и художественной  
гильдии «Heritage Art»(USA)









# Alex Mechanical LLC

## HVAC Professional

**УСТАНОВКА, РЕМОНТ И ЗАМЕНА  
КОНДИЦИОНЕРОВ, ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ,  
ОБОГРЕВАТЕЛЕЙ И УВЛАЖНИТЕЛЕЙ ВОЗДУХА!**

Независимо от того, нужны ли вам услуги для дома или бизнеса, наши лицензированные специалисты готовы обеспечить ваш комфорт!

Мы специализируемся на обслуживании как жилых, так и коммерческих объектов, предлагая широкий спектр услуг, включая установку с нуля, ремонт и замену оборудования.

Безопасность и надежность наших услуг обеспечена гарантией от производителей на все установленное оборудование, мы также гарантируем качество и надежность работы.

Бизнес застрахован, что обеспечивает вам дополнительный уровень защиты и уверенности при сотрудничестве с нами.

Сделайте шаг  
к комфорту  
и уверенности  
в качестве вашего  
оборудования  
с нашей помощью!

Свяжитесь с нами  
сегодня, чтобы  
узнать больше  
о наших услугах  
и получить  
бесплатную  
консультацию:

**720 421 1304**  
Алексей Воробей



Alex Mechanical LLC





18008 E CASPIAN PLACE | AURORA, CO 80013

# For Sale



4 BD



3.5 BA



3,243 SQ FT



**Alla Shulman**  
REALTOR®

M: 303.332.8807  
O: 303.858.8100  
E: avras80@gmail.com

11 лет опыта работы



**HomeSmart - Greenwood Village**  
LICENSE: FA.100041397

## \$727,000

Beautiful house with lots of light! Imagine life on the Lake, experience life as if on vacation! Gorgeous views and serene outdoor living with large sunroom perfect for entertaining. This amazing home has lots to offer! 4 bedrooms, 4 bathrooms. 3 car garage. Great room has high vaulted ceilings with fireplace. New exterior paint, new roof and just refinished hardwood floor. Finished basement offers plenty of flex space, sauna, kitchenette, pool table and bathroom. Mature landscaping, fenced yard, Sunroom right off the kitchen which open to stunning park and lake views with abundant birds and wildlife.





**Компания  
Easy Bee  
готова  
помочь вам  
заполнить и подать  
документы на:**



- **Medicaid**
- **Food stamps**
- **Social security**
- **Апостиль**

Мы окажем все виды **нотариальных** услуг, в том числе и с выездом к клиенту.

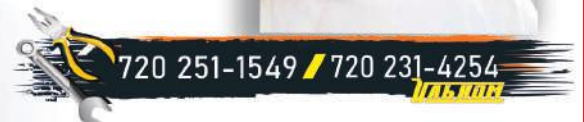
Поможем оформить, зарегистрировать бизнес в штате Колорадо и получить федеральную регистрацию бизнеса.

Наши консультации бесплатны.

ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ:  
**720-427- 1345**



*Ванны  
Установка плитки  
Покраска  
Снятия «попкорна»  
с потолка  
Гипсокартон (drywall)  
Шкафы  
Установка кухни  
Веранды (decks)  
Полы*







начало на странице 36-37

## Массажи

Массажных салончиков на Бали огромное количество, практически на каждом углу. Мы посещали их почти каждый день, так как стоимость массажа \$10 за час и выше, в зависимости от места. Как правило, массажисты (мужчины и женщины) сидят кучкой на крылечке салона в одинаковой форме и приглашают прохожих на массаж. Массажные разные и хотелось попробовать все, но, конечно же, все не успели. Мне очень понравился точечный массаж, который делается без масла. И в последний день мы съездили в аюрведический спа на 4 часа, которые включали балинезийский массаж, скраб всего тела, широдара - масло-поливалка на третий глаз в течении 25

минут, ванна с лепестками роз с горячим зеленым чаем и вкусный ужин. Всё удовольствие стоило примерно \$70.

Широдара интересная процедура, над головой на определенной высоте подвешивают чашу. Из нее через маленькое отверстие непрерывно тонкой струей льется на одну точку лба масло, подогретое до приятной температуры. Я не уснула, а именно отключилась. В районе межбровья находится один из важных энергетических центров человека, отвечающий за гармонию энергетики в организме. Широдара оказывает глубокое расслабляющее действие на все тело, снимает стрессы, ведет борьбу с бессонницей и головными болями (в том числе и мигренью), разглаживает морщины, подтягивает кожу и укрепляет волосы. Ощущение необычное, что-то вроде сна или видения, но потом я так и не смогла вспомнить, что там было.

## Как живут индонезийцы

Первое, что, наверное, бросается в глаза - их спокойствие и отношение к жизни. Такое впечатление, что они там все абсолютно свободные люди. Они живут в согласии с природой, без каких-либо комплексов и стресса. К такому выводу я пришла в тот момент, когда в первое утро мы вышли на завтрак в отеле, который выходил террасой на реку. На другой стороне реки жили местные люди своей жизнью. Они выходили купаться голыми и стирать свои вещи в реке без каких-либо комплексов, что на них «смотрит» огромный отель. Удивительно, насколько им было всё равно, что на них глаза туристы, но потом понимаешь, ведь по сути так и должно быть. Они у себя дома, на своей земле, в своей реке, а гости тут мы, и эти комплексы - это полностью наши тараканы в голове.

Балинезийцы довольно чистоплотные люди, они заботятся как о гигиене тела, так и о чистоте вокруг магазинчиков и домов. Зброшенные помещения не в счёт.

Живут они большими семьями. По словам нашего гида Йоги у них нет бездомных людей - никто никого не выгоняет на улицу. Средняя зарплата около \$200 в месяц. Традиционный балийский домик можно купить за \$8,000.

Проезжая по улицам, мы видели несколько школ и учеников. Школьники все носят форму, но отличается она в зависимости от школы. Также я заметила, что у них нет аварий на дорогах! Как они это делают, для меня осталось загадкой. Поток машин и скутеров, минимальное количество светофоров, отсутствие полиции удивляло меня каждый день. И тут, конечно, приходит сравнение с нашей Америкой, где иногда порой видишь по несколько аварий в день! Там же я не увидела ни одной аварии за все 8 дней, хотя мы проводили много времени на дорогах из-за экскурсий!

Еще что приятно удивило - это отношение балинезийцев к туристам. Местные жители очень вежливые, сдержанные, улыбчивые и спокойные. Так как они верят в карму и последующие жизни, они стремятся к добру и позитиву. Криминала на острове как будто бы нету совсем. Мы гуляли поздно вечером без страха и опасений, что с нами что-то может случиться.

Мы замечательно провели время на этом умиротворяющем острове! Я с удовольствием вернусь на Бали и в следующий раз постараюсь провести там намного больше времени, восемь замечательных дней было явно недостаточно!

**Отдельные туры через Екатерину  
можно заказать напрямую (720)326-4543**

**Всем удачных поездок  
и хорошего отдыха!**

*С любовью,  
Алла Шульман*



## НАШИ УСЛУГИ:



LEGACY LAW GROUP

- ✓ ЗАВЕЩАНИЯ И ТРАСТЫ
- ✓ ДОВЕРЕННОСТИ
- ✓ БРАЧНЫЕ КОНТРАКТЫ
- ✓ ПЛАНЫ ПО ЗАЩИТЕ ДЕТЕЙ/ОПЕКЕ
- ✓ ПЛАНИРОВАНИЯ ВСЕХ ЛЕГАЛЬНЫХ АСПЕКТОВ БИЗНЕСА
- ✓ ПЛАНЫ ПО ЗАЩИТЕ ОТ MEDICAID RECOVERY
- ✓ LIVING WILLS
- ✓ ASSET PROTECTION PLANNING

### Anastasia Fainberg

Attorney, CEPА / Legacy Law Group, PLLC

A: 3600 S Yosemite St., Ste. 810, Denver CO 80237

P: 303-954-9428 M: 303-218-6633

E: [afainberg@legacylawgroupcolorado.com](mailto:afainberg@legacylawgroupcolorado.com)

W: [www.legacylawgroupcolorado.com](http://www.legacylawgroupcolorado.com)

Peace  
of Mind for You  
and Those Left  
Behind™





# УЛЫБНИСЬ



Я обожаю апрель за то, что вот выхожу из дома в теплой куртке, а навстречу бежит девушка в платье, кожаной курточке и сандалиях, мимо проходит солидная дама в шубе, а дедок в шортах загорает на лавочке возле многоэтажки. И все смотрят друг на друга как на дебилов



— Мама, а почему на плите так грязно?

— Папа яичницу пожарил.

— Что, без сковородки?



На пляже недалеко от берега женщина взывает о помощи::

— Тону... тону... спасите, тону!

Нет, нет, не вы, а брюнет, который за вами, в полосатых плавках!



Полицейский:

— Присаживайтесь на стул, и мы начнём допрос.

Адвокат шепчет подозреваемому:

— Отрицайте всё.

Подозреваемый во весь голос:

— Это не стул!



Правильно банки пишут — никому не сообщайте этот одноразовый пароль. Я вчера сообщил и лишился части денег. Правда, это была жена, но все равно неприятно...



Ребенок смотрит выступление оперного певца и говорит:

— А когда мы в садике так орем, нас ругают...



Девушки любят для контраста приглашать себе в пару страшных подруг. В результате, парни могут повестись именно на этих подруг, как на безотказный вариант.



— Когда у тебя день рождения?

— А тебе зачем?

— Узнать когда у природы выходной.



Едем в машине. Подскакиваем на ухабе. Возмущенный голос ребенка из автокресла:

— Эй! Вы чего так едете? У меня палец из носа выпадает!



— В договоре реквизиты верно указаны?

— Да, эти договора нам опытные юристы составляют.

— А что такое б/щ?

— Банковский щёт.



Когда мне было десять лет, я думал, что люди за тридцать — уже капец какие старые, усталые и больные. Сейчас мне самому тридцать один, так вот, всё правильно я тогда думал.



— Один бокал красного сухого заменяет пятнадцать минут на ве-

лотренажёре.

— А вы хороший кардиолог!



— Как там у тебя с твоим?

— Послала.

— А что так?

— Да ныл. Похудей, смени причёску, покрасься в блондинку... Сделала всё как он ныл. Глянула на себя в зеркало. Не достоин он такого сокровища!



Разговор тещи с зятем:

— Когда я была молодая, я была такая глупая!

— Вы хорошо сохранились!



— Давай о добром. Хорошо?

— Хорошо. Добром это не кончится.



— Милый, может, я останусь у тебя ночевать?

— Поздно, я уже вызвал лифт.



— Почему ты называешь меня пупсырой и зайчищем?

— Это увеличительно-ласкательные.



После разговора с Золушкой принц понял, что если и дальше тянуть со свадьбой, то он получит в тыкву.





M&I International Market

909 S. Oneida St. Denver, CO 80224

(303) 331-1590



**M&I**  
Nowros Inc.



# МАГАЗИН ОТКРЫВАЕТ СЕЗОН ШАШЛЫКОВ И СТЕЙКОВ

МАНГАЛЫ И  
ШАМПУРЫ

МАРИНО-  
ВАННОЕ  
МЯСО

СПЕЦИИ И  
СОУСЫ

КЕТЧУПЫ И  
МАЙОНЕЗЫ



# «ПАРАЗИТЫ? НЕ ПРОБЛЕМА! ЕСТЬ АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ЧИСТКА»



**П**аразиты - это организмы, которые живут и питаются за счет другого организма, называемого хозяином. Они могут вызывать различные заболевания, в том числе расстройства пищеварения, аллергии, усталость и даже рак.

Антипаразитарные чистки из натуральных растительных средств - это один из способов избавиться от паразитов в организме. Такие чистки могут быть эффективными, но важно проводить их правильно, чтобы избежать побочных эффектов.

## Для кого нужны чистки?

Вы любите суши с сырой рыбой? А как насчет стейка с кровью? Вы употребляете тропические фрукты? Тогда антипаразитарные чистки точно для Вас! Также рекомендуется людям с такими симптомами, как:

- необъяснимые боли в животе или кишечнике;
- проблемы с пищеварением, диарея или запор;
- аллергии/ кожные проблемы;
- усталость, раздражительность.

## Кому нельзя?

Антипаразитарные чистки не рекомендуется проводить беременным и кормящим женщинам, людям с серьезными заболеваниями, такими как диабет или рак, а также детям до 12 лет.

## Средства и методы антипаразитарных чисток

Антипаразитарные чистки лучше всего проводить в весенний или осенний сезоны, когда организм наиболее восприимчив к очищению.

В процессе антипаразитарной чистки следует принимать травы, обладающие антипаразитарными свойствами. Травы можно принимать в виде настоев, отваров, экстрактов или капсул.

### ЗА 7 ДНЕЙ ДО НАЧАЛА ЧИСТКИ:

Исключите из рациона сахар, молочные продукты, мясо, кофе и алкоголь.

Увеличьте потребление фруктов и овощей.

Начните принимать пробиотики или пребиотики для поддержания баланса микрофлоры кишечника.

### ЗА 3 ДНЯ ДО НАЧАЛА ЧИСТКИ:

Сделайте клизму или очистительный чай.

Чистка:

- 1-й день: Чудо-Чай + диета + пробиотики или пребиотики.
- 2-й день: Чудо-Чай + диета.
- 3-й день: Чудо-Чай + диета + клизма или слабительный чай.
- 4-й день: Чудо-Чай + диета.
- 5-й день: Чудо-Чай + диета + клизма или слабительный чай.
- 6-й день: Чудо-Чай + диета.
- 7-й день: Начните постепенно возвращаться к обычному рациону питания.

### РЕЦЕПТ ОТВАРА "ЧУДО-ЧАЙ"

- 1 чайная ложка полыни (wormwood);
- 1 чайная ложка пижмы (tansy);
- 1/2 чайной ложки семян тыквы (pumpkin seeds);
- 1/2 чайной ложки имбиря (ginger);
- 1/2 чайной ложки куркумы (turmeric).

**Способ приготовления:** Залейте травы 2 стаканами кипятка. Дайте настояться в течение 15 минут. Процедите и пейте по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

## Рекомендации

**Диета:** Овощные рагу, легкие супы, фруктовые пюре. Исключите из рациона сахар, молочные продукты, мясо, кофе и алкоголь. Пейте очищенную воду, чтобы Ваш организм легче вымывал паразитов.

**Тыквенные семечки:** Можно включать в рацион во время чистки, так как они помогают выводить паразитов из организма. Рекомендуется съедать по 2 столовые ложки тыквенных семечек 3 раза в день.

**Скользкий вяз:** Обладает противовоспалительными и антибактериальными свойствами. Он помогает защитить кишечник от раздражения, которое может возникнуть во время антипаразитарной чистки. Рекомендуется принимать по 1 чайной ложке скользкого вяза 1-3 раза в день за 30 минут до еды.

Во время антипаразитарной чистки желательно делать клизмы или пить слабительные чаи, чтобы помочь организму выводить паразитов.

## Как узнать, что чистка прошла успешно?

- Улучшение общего состояния здоровья.
- Уменьшение или исчезновение симптомов, связанных с паразитами.
- Обнаружение паразитов в кале или моче.

Лично у меня после курса прошла тяга к сладкому и кофе.

## Предосторожности:

Травы, обладающие антипаразитарными свойствами, могут быть полезны для здоровья, но важно соблюдать осторожность при их использовании. В течение курса чистки может наблюдаться ряд побочных эффектов, таких как:

- тошнота
- рвота
- диарея
- боли в животе
- усталость

Эти побочные эффекты обычно проходят самостоятельно в течение нескольких дней. Если у Вас есть какие-либо хронические заболевания, проконсультируйтесь с врачом перед началом антипаразитарной программы. Если возникли какие-либо побочные эффекты, прекратите прием трав и обратитесь к врачу.

Будьте Здоровы!

С любовью,  
**Anastasia Naneysvili,**  
Energy Healer, Reiki Master,  
Spiritual Guide, 500 RYT









# ШКОЛА NOVASTAR ACADEMY ОТКРЫЛА ДВЕРИ ДЛЯ УЧЕНИКОВ!

Друзья! Многие из вас, несомненно, уже слышали о нашей школе. Она открылась в сентябре 2023 с комбинированной программой обучения в формате homeschooling enrichment. Хотим обратить ваше внимание на то, что в этом году мы пилютируем гибкое расписание и учебный план, который включает три полных дня занятий в школе и один день для самостоятельной работы дома. Благодаря такой комбинированной модели ученики имеют возможность заниматься в своем собственном темпе, сочетать работу в группах, с учителем и трудиться самостоятельно. Вся учебная программа доступна также и в режиме онлайн - это позволяет ребятам придерживаться гибкого расписания. Как и обычная школа Novastar Academy предлагает равное соотношение основных академических предметов и предметов по выбору, так называемых факультативов. Учебный план учитывает способности, навыки и уровень знаний наших учеников, поэтому материалы подбираются согласно способностям и увлечениям детей.

Для нашей школы, которая похожа больше на лабораторию, чем на обычную школу, мы используем комбинацию методов и форм обучения, включая уроки с учителем, индивидуальные занятия, а также совместные проекты. Хочется еще раз подчеркнуть, что благодаря такой модели ученики имеют возможность заниматься в своем собственном режиме и развивать знания и навыки, достигая уровня мастерства (mastery level learning).

С радостью сообщаем, что с нового года учебного года наша программа расширяется для К-8 классов для всех желающих. Планируется полное расписание занятий с пятидневным кампусом.

## НЕКОТОРЫЕ ОТЗЫВЫ О ШКОЛЕ ОТ РОДИТЕЛЕЙ И УЧЕНИКОВ:

Мои дети стали ходить в Novastar Academy в середине сентября 2023 года. Надо сказать, что к этому времени мы уже были наслышаны о новой школе и ждали ее открытия. Когда же узнали, что, наконец, началась пилотная программа, мы, не раздумывая, перевели их из общеобразовательной школы в Novastar Academy. Больше всего здесь нас привлекло то, что у детей много перерывов в течение дня, и помимо учебы есть еще проекты, над которыми они работают каждую неделю. Возвращаясь из школы домой ребята с восторгом рассказывают, как интересно прошел их день - от работы с микроскопом до посадки картофеля... А когда наши дети стали приносить домашний материал на класс выше и делать задание без какого-либо затруднения, то мы полностью уверились в том, что решение о переходе было принято верно. Для нас важно и то, что здесь каждый ученик движется вперед в соответствии со своими возможностями, и если кто-то продвигается быстрее, ему идут навстречу, а не тормозят, держа на одном уровне с остальными, только потому что так удобно. Еще один замечательный бонус - вкусная еда. Любой родитель знает - если ребенок нормально не поел (что, к сожалению, было в прошлой школе), то ни о какой учебе не может быть и речи. О плюсах этой школы можно говорить много, вот еще некоторые из них: художественные классы, музыка, испанский язык и т.д.

*Анна Т.*

**Студент 1:** школа нормальная, ничем особенным не отличается. Но я бы добавил road trips и желательнo каждую неделю:)

**Студент 2:** мне нравится еда, игрушки и наука (science).

**Студент 3.** Удобное расписание. Есть много времени для моих занятий.



# NOVASTAR

АКАДЕМИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА К - 12  
ДОМАШНЕЕ ОБУЧЕНИЕ К -12  
ГИБРИДНОЕ ОБУЧЕНИЕ К-12

ACADEMIC PROGRAM K-12  
HOMESCHOOL PROGRAM K-12  
HYBRID PROGRAM K-12

**ЗАПИСЬ ОТКРЫТА**  
принимаем заявления

**OPEN ENROLLMENT -**  
currently accepting applications

РОДИТЕЛЬСКИЙ КОМИТЕТ  
PARENTS COMMITTEE

303-562-8344

INTENT TO ENROLL  
ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ УЧАЩИХСЯ  
[www.novastar-academy-co.org](http://www.novastar-academy-co.org)



**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ**  
Учебный план для каждого студента



**УЧЕБНО-ПРОЕКТНЫЙ МЕТОД STEAM**  
Инновационная методика преподавания науки, технологии, инженерного дела, искусства, математики



**МЕЖДУНАРОДНЫЕ СТАНДАРТЫ**  
Дополнительная международная сертификация кредитов для старшекласников



**ПОДГОТОВКА К КАРЬЕРЕ**  
Интегрированное профессионально-техническое образование начиная со средних классов



**ИНОСТРАННЫЕ ЯЗЫКИ**  
Академический уровень овладения иностранными языками, включая русский

WORLD LANGUAGES  
Academic proficiency



EARLY CAREER  
Integrated CTE education  
starting at middle school



INTERNATIONAL STANDARDS  
International certification  
of CTE credits



MASTERY-BASED EDUCATION  
Individualized learning  
path for every student



PROJECT-BASED LEARNING STEAM  
Science, technology, engineering,  
arts, mathematics





раскрась  
меня

color me



Кадрия Шакирова-Уалден

[www.venusartistrydesigns.com](http://www.venusartistrydesigns.com)

Художественная роспись стен и дизайн помещений, иллюстрации, барельеф, художественная мозаика, картины на заказ.

[www.artisticfoxstudio.com](http://www.artisticfoxstudio.com)

Художественная школа для детей (5-18 лет). Мастер классы для взрослых. Веселые развивающие занятия для малышей с песнями и играми (3-5 лет). Арт терапия сессии для детей и взрослых. Приватные Art&Craft партии для детей и взрослых. Арт кэмпы на каникулах.



6050 Greenwood Plaza Blvd Unit 100, Greenwood Village, CO 80111

(720) 216-7586



Русский язык для детей (от 5 до 16 лет) в понятной и интересной форме

**RUSSIAN BEYOND**

Небольшие группы

Игры

Непринуждённая атмосфера

Занятия в **ОНЛАЙН** режиме

- Индивидуальные
- Групповые
- Первый урок **БЕСПЛАТНО**

Специальная программа для детей, изучающих русский за рубежом

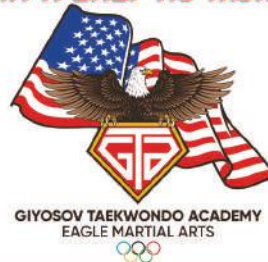
Больше информации на странице в Facebook @RussianAndBeyondClub и по телефону: 720-879-2373

МЫ ВОСПИТЫВАЕМ ЧЕМПИОНОВ В ЖИЗНИ И В СПОРТЕ!

**СЕКЦИИ ТХЭКВОНДО И КИКБОКСИНГА**

**ХУСРАВ ГИЁСОВ**  
**KHUSRAV GIYOSOV**

**ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР ПО ТХЭКВОНДО**



**ПЕРВЫЙ КЛАСС БЕСПЛАТНО!**  
**ДЕТЯМ-СИРОТАМ БЕСПЛАТНО!**  
**РОДИТЕЛЯМ ОДИНОЧКАМ СКИДКИ!**  
**ALL LEVELS UP TO**  
**WORLD CHAMPIONSHIPS**  
**AND OLYMPICS**

TEAM GIYOSOV  
 KHUSRAV GIYOSOV  
 WWW.EAGLE-MARTIAL-ARTS.COM  
 giyosovkhusrav@gmail.com

Master KHUSRAV TAEKWONDO phone  
(720)429-0669

Master JACOB KICKBOXING phone  
(720)499-4376

10700 E. Bethany Dr. Suite #109, Aurora, CO. 80014



# РЕСТОРАН



## BAR SPECIALS

\$3 OFF ALL DRAFT BEERS  
\$1 OFF ALL BOTTLES/CANS  
\$4 OFF ALL SPECIALTY COCKTAILS

## GRILL SPECIALS

\$5 OFF ALL SMALL PLATES  
\$5 OFF ALL PIZZAS  
\$5 OFF ALL BURGERS & SANDWICHES

## SUSHI SPECIALS

\$5 OFF ALL LAVA SPECIAL ROLLS  
\$4 OFF ALL INTERMEDIATE ROLLS  
\$3 OFF ALL BEGINNER ROLLS  
\$2 OFF ALL VEGETARIAN ROLLS

Супы

Салаты

Закуски

Пицца

Бургеры и Сэндвичи

Специальные Блюда от Шефа

Гарниры

Детское Меню

Суши

Ролы

Сашими

Нигири

Вегетарианские ролы

Напитки и Коктейли

Приглашаем Вас на обед и ужин!

- ✓ Современный интерьер
- ✓ Вкуснейшая кухня
- ✓ Уютная атмосфера



Воскресенье - Четверг 11 AM - 10 PM

Пятница и Суббота 11 AM - 12 PM

Happy Hour Monday - Sunday 2 PM - 6 PM



**(720)716-5808**

**2200 Market St A, Denver CO 80205**



начало на странице 10

В своем письменном решении суд оказался признать прошлые притеснения, посчитав что нескольких арестов и угроз недостаточно для прошлых притеснений для предоставления убежища. Отказ? Да ну ладно! Люди и с меньшим количеством прошлых притеснений получали убежище. Далее суд приступил к рассмотрению потенциальных будущих притеснений. В данном контексте была очень важна информация о ситуации в стране, ну и, конечно, мой анализ соответствующих статей и отчетов о правах человека. В своем юридическом аргументе я объяснила ситуацию клиента в контексте условий в стране, подтверждая и объясняя особенности его индивидуального случая. Ну и на этом элементе бинго! Суд согласился с моим юридическим аргументом, процитировав его и акцентировав внимание на моих тщательно подобранных доказательствах состояния дел в стране. Убежище одобрено!

**- Если кто-то, скажем, въехал по «Uniting for Ukraine», рекомендуете ли вы подать на Temporary Protected status (TPS) или на репароль?**

- Я всегда рекомендую использовать все доступные вам правовые механизмы. Если у вас есть возможность подать на TPS, я бы советовала это сделать. Я также рекомендую продлить ваш пароль. Одно другое не исключает, вы имеете право подать на все варианты иммиграционных программ, на которые квалифицируетесь. Различные программы иммиграции имеют свои преимущества и недостатки, и наиболее разумным будет использовать все доступные способы. Конечно, если выбирать одну из программ, необходимо знать ваши конкретные обстоятельства, имеете ли вы планы на будущую иммиграцию в США (например, через работодателя), или вам нужно просто временно переждать войну.

**- Вопрос о тех людях, которые пересекли границу с Мексикой не через CBP- one и по-**

**лучили форму I-220. Можно ли теперь заменить эту форму на форму I-94?**

- К сожалению, находясь внутри США, это невозможно. Я понимаю, что с формой I-94 значительно меньше ограничений. Такие люди, например, могли бы сразу подать на разрешение на работу на основании пароля. Однако форма I-220 выдается сейчас как бы в качестве наказания за то, что они пересекли границу не через приложение CBP- one и поменять ее на I-94 внутри страны нельзя.

**- Меня нередко спрашивают как быть, если у всех членов семьи в суде на убежище разные фамилии, могут ли возникнуть вопросы у судьи?**

- Такая ситуация встречается часто. Проблем не возникнет, если у вас есть все подтверждающие документы, например, ваше свидетельство о браке и свидетельства о рождении детей.

**- Анонимный вопрос. Человек прошел через CBP-one. Судебное дело не открыли. Гражданство Таджикистана. Знакомые советуют разное, но он боится заключать фиктивный брак или придумывать себе историю для убежища. Подскажите, что делать.**

- Во-первых, этот человек правильно делает, что не начинает свою иммиграционную жизнь со лжи. Фраза «Honesty is the best policy» висит у меня в офисе как напоминание клиентам об этом, казалось бы, избитом правиле. Во всех типах иммиграционных дел, кредит доверия перед иммиграционным судом (также как и перед иммиграционной службой) — это ключевой фактор. Защищаться от обвинения в мошенничестве в иммиграции - это сложно, дорого и долго, а иногда и невозможно для желаемого результата... Я никогда не беру клиентов с фиктивными делами. Мое мнение: пусть слабый кейс, но настоящий, искренний. И пусть у вас, как вам кажется, нет прошлых притеснений, вы потенциально можете квалифицироваться на убежище на основании будущих притеснений. Рекомендую проконсультироваться с

опытным иммиграционным адвокатом, который проанализирует вашу ситуацию, например, ситуацию «женщин в мусульманской стране» и прочее.


**- Повлияет ли смерть Навального на дела по убежищам граждан России?**

- Убийство Алексея Навального, безусловно, подчеркивает важность и актуальность вопроса о предоставлении политического убежища для российских граждан. Его смерть — это громкий крик о помощи, который должен быть услышан всеми демократическими странами мира. Это трагедия, которая служит напоминанием о том, что борьба за свободу и демократию требует мужества и непреклонности. Именно этот дух должен вдохновлять на борьбу за права человека, за свободу слова и за защиту тех, кто рискует своей жизнью в борьбе с тиранией и коррупцией. При подаче заявления на политическое убежище граждане России, которые подходят под категорию лиц, имеющих право на такую категорию убежища, конечно, могут использовать смерть Навального как весомый аргумент, подтверждающий реальность угрозы их жизни и свободе из-за их политических взглядов. Это может служить одним из ключевых доказательств состояния страны: систематических репрессий и преследований со стороны российского государства. Однако, важно помнить, что каждое дело уникально и требует индивидуального подхода. Важно не только указать на общую политическую обстановку в России, но и продемонстрировать, как именно заявитель лично подвергается риску стать жертвой преследования.

В заключение хочу подчеркнуть, что иммиграционный процесс — это сложный, часто многоэтапный процесс. В нем важно иметь четкую стратегию и быть в курсе последних новостей и изменений в законодательстве. Обращайтесь ко мне за консультацией, буду рада помочь и сделать всё возможное, чтобы получить для вас положительный результат. Если у вас возникнут вопросы, буду рада на них ответить. Записаться на консультацию можно по ссылке: <https://calendly.com/starchak-law>







Реклама в журнале  
и в Фейсбук  
группе САМА СЕБЕ РЕЖИССЁР  
по доступным ценам!

**(303)332-8807**  
**SSRmagazineCO@gmail.com**  
**SSRDenver.com**

*Желаем Вам прекрасной весны  
и отличного настроения!*

Команда Сама Себе Режиссёр:

**Алла Шульман**

издатель/маркетинг директор

**Фарход Сангинов**

директор отдела продаж

**Оля Кодесс**

арт директор



# Вефиль

Сверхъестественная Церковь



## Служба

- Каждое воскресенье
- 11am
- Прямая трансляция



## English service

- Every sunday
- 9:30am



## Детская воскресная школа

- Каждое воскресенье
- 11am



## Детский клуб Awana

- Каждый четверг
- 7pm



## Подростковый клуб Jam

- Каждая пятница
- 7pm



www.Bethel.Community  
13231 E Mississippi Ave, Aurora, CO | 303.536.5353

# Умка

НОВЫЙ ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДЕТСКИЙ САД  
В ЮЖНОЙ АВРОРЕ НА 6-8 ДЕТЕЙ



**С 8:00am до 5:30pm**

Работаем с понедельника по пятницу



- ✓ ПЯТИРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ
- ✓ PRESCHOOL PROGRAM
- ✓ БОЛЕЕ 1000 SQ FT



**303-520-5938**

Екатерина

РАЙОН SOUTHLAND MALL





# РЕМОНТНЫЕ РАБОТЫ

ВАННЫ

КУХНИ

ПЛИТКА

ДЕРЕВО

ВЕРАНДЫ (DECKS)

И МНОГОЕ  
ДРУГОЕ! ...



Рекомендации и  
фото вы можете  
посмотреть здесь



(720) 819-9892

(646) 912-2455

говорим по-русски