

# M Y **MAG**

INTERNATIONAL BILINGUAL  
PROJECT FOR STUDENTS

DEC-FEB/22-23



MAY ALL YOUR DREAMS  
COME TRUE!

# CONTENT

## SCHOOL LIFE

04. White winter

## A LETTER TO SANTA

06. Letters from students

## FAMOUS PEOPLE

28. How does the British Royal Family celebrates Christmas

## HOLIDAYS

15. How Russians celebrate Real Russian New Year
22. Sinterklaas in Netherlands

## LET'S COOK TOGETHER

20. The Lemon Cake

## SPORT

42. Figure Skating

## FASHION

44. Fashion Trends

## FUNNY ENGLISH

27. Riddles

## TRAVELLING

39. Venezuela

## PSYCHOLOGY'S ADVICE

34. I don't want to, but I have to!



---

Editorial staff members:

Besfamilnaya Anastasiya  
Stenkova Angelina  
Kaligina Viktoriya  
Amiraslanova Alisa  
Burmistrova Elena  
Golubova Anna  
Agapova Kseniya  
Titova Katya  
Sytova Katya  
Balaeva Kira  
Satanovskii Aleksandr





# WHITE WINTER

ПЕРЕВОД НА АНГЛИЙСКИЙ: ДАРЬЯ ПЕРМИТИНА  
ФОТО: КСЕНИЯ АГАПОВА

Самое холодное время года – Зима, пора метелей и трескучих морозов. Но одновременно, зима для большинства является любимым временем года. Ведь зима – это время праздников, люди встречают долгожданный Новый год, Рождество и день Святого Валентина.

Я очень жду зиму. После хмурой, серой осени нас ждёт много развлечений – катание на санках, коньках и лыжах, игры в снежки, лепка снеговика.

Оглянувшись вокруг, захватывает дух и поражаешься красоте зимней природы. Будто находишься в зимней сказке.

Каждая пора прекрасна и неповторима по-своему, но все же для меня – Зима – самое любимое время года.

В это время я катаюсь на лыжах, санках, коньках с друзьями. Вместе мы лепим разных снеговиков и других персонажей. Но больше всего я люблю кататься на коньках. Можно сделать различной красоты фигуры, катаюсь для души.

The coldest time of the year is Winter, the time of snowstorms and bitter frosts. But at the same time, winter is the favorite time of the year for most people. After all, winter is the time of holidays, people celebrate the long-awaited New Year, Christmas and Valentine's Day.

I'm really looking forward to winter. After the gloomy, grey autumn, there will be lots of fun – sledding, skating and skiing, playing snowballs and making a snowman.

Looking around, you are breathtaking and amazed at the beauty of winter nature. It's like being in a winter fairy tale.

Each time is beautiful and unique in its own way, but still for me. Winter is my favorite time of the year.

At this time I go skiing, sledding, skating with my friends. Together we make different snowmen and other characters. But most of all I love to skate. You can make figures of various beauty, I love it with all my heart.

*Антипина Аня.*



Новый год для меня – волшебное время. За окном холодно, а на сердце комфорт и спокойство.

Этот праздник в нашей семье принято встречать в домашней обстановке, в кругу дорогих и близких людей. Мы с мамой украшаем ёлку, комнаты, печём имбирное печенье, накрываем на стол. В доме царит праздничная атмосфера.

На улице всё укрыто белоснежным покрывалом. В воздухе блестят снежинки. Все люди ожидают чуда. Новый год – это удивительная пора, когда сказочное волшебство может стать реальностью.

Желаю всем чудесного Нового года!

New Year is a magic time for me. It's cold outside, but my heart feels comfort and peaceful.

It is customary to celebrate this holiday in our family at home, with our loved ones. My mother and I decorate the Christmas tree, decorate rooms, bake gingerbread cookies, set the table. There is a festive atmosphere in the house.

All the streets are covered with a snow-white veil. Snowflakes glitter in the air. All people are waiting for a miracle. New Year is an amazing time when fabulous magic can become a reality.

I wish you all a wonderful New Year!

*Попова Юля*



In this contest, students write a letter to Santa and tell what they wish for this Christmas and why they deserve a present this year.

Our team has chosen 6 letters. We have 6 winners!



Dear Santa,

My name is Katya. I am 15. This year has been difficult for me. I passed my exams, and entered high school. But there were a lot of fun and happy moments. For example, my graduation and summer vacation. So, how was your year? Are your reindeer and elves OK? I think I deserve a gift. I would like to get a new phone. But most of all I would like me and my family to be healthy. It's a pity that you can't give such things. But I will make a wish on New Year's Eve. Happy New Year, Santa!



Love, Katya





*Hello, Dear Father Frost!*

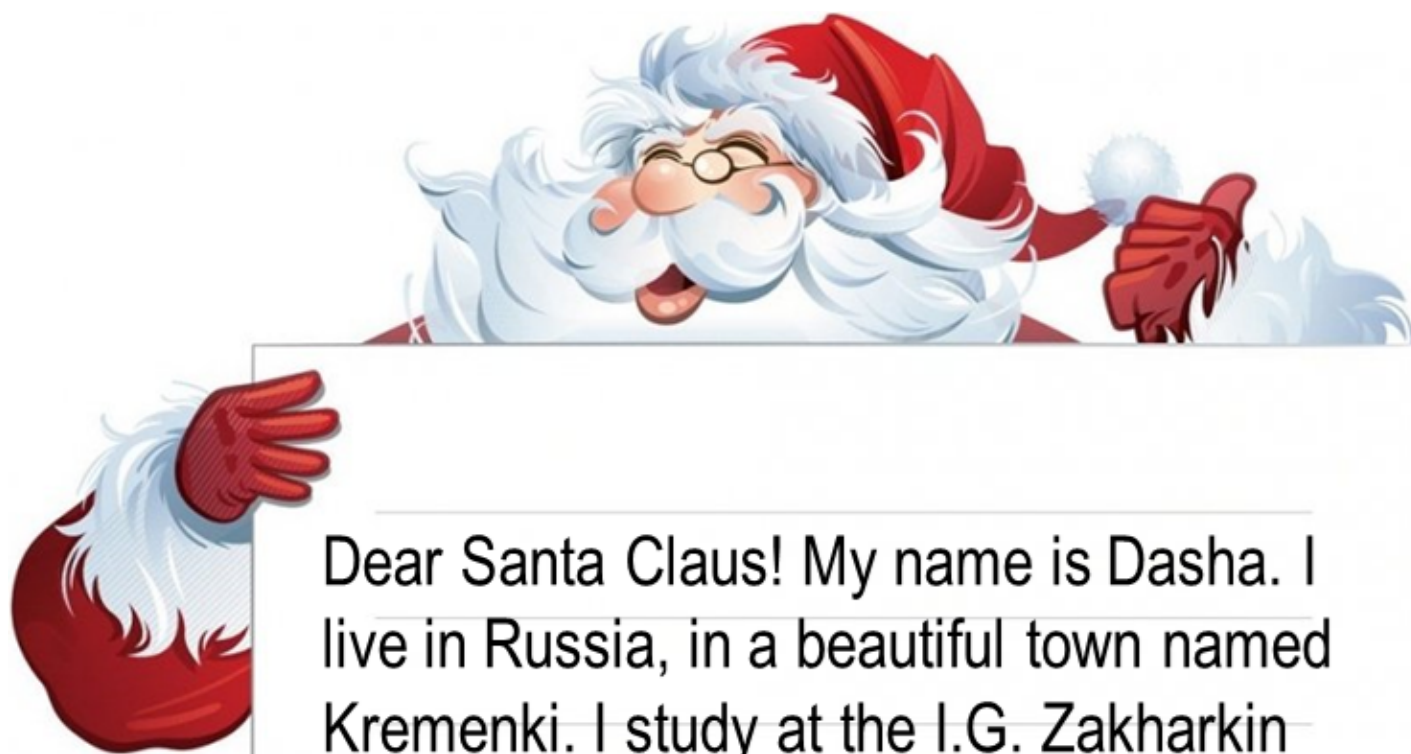
*My name is Victoriya. I am a student of the 10th form. I really hope that my letter will come to you very quickly. I don't ask you to buy me some things. I just want this year to be magical and unforgettable. I also want the diseases to disappear. Let's everyone is healthy. This year passed very quickly. I really hope the New Year will not be so fast. Happy New Year to you! See you!*

# DEAR SANTA CLAUS,



Christmas is coming. So, I've decided to write a letter to you. I hope it will find you well. My name is Lera. I have been a good girl all this year. I helped my Mom a lot all about the house. At school I also was a good pupil. That's why I think I deserve a present for Christmas. I know that you have to visit a lot of children around the world and it's difficult to carry all present at once. But if you pass by my town, please visit me house and give me a special present. I want you to give me a kitten. But if it's not to heavy for you to carry all these presents. Thank you for reading my letter. I am looking forward to this Christmas!

Lera



Dear Santa Claus! My name is Dasha. I live in Russia, in a beautiful town named Kremenki. I study at the I.G. Zakharkin School in the 6th grade.

New Year is a time of fulfillment of wishes. You have a hard job, but a pleasant one. You make people happy. I want to wish you long life and health. I want to ask you to stop the war for Peace to come. People returned home alive. I don't need anything. I have everything. My family is nearby, and everyone is healthy.

Happy New Year!



*Hello, Santa Claus! My name is Zhukova Darya Andreevna. I'm looking forward to the New Year! I really love this holiday! I behave well, I finished the last quarter without triples and twos. I really want to see you. I think that New Year is the most magical and beautiful holiday. I believe that miracles happen on New Year's Eve, and that my dreams will definitely come true. My first dream is peace on Earth. I want other countries not to start a war. My second dream is my gaming laptop, I just really like to play games. Santa Claus, I really hope that you will notice me.*

*Dasha*



Dear Santa!

My name is Igor. For Christmas

this year I would like to visit

a country I haven't been to.

It's England! I prefer to fly by

plane there with my family.

Put please plane tickets under my

Christmas Tree! Thank you!

С Новым  
годом!





# HOW RUSSIANS CELEBRATE REAL RUSSIAN NEW YEAR

ПОДБОР МАТЕРИАЛА: АНГЕЛИНА СТЕЊКОВА

## ***RUSSIAN NEW YEAR.***

New Year's Eve in Russia was counted now from March to September and only at the turn of the XVIII century they decided that January would still be the most convenient. Just on December 20 1699 Peter I ordered to count the new year in a European manner, which was not previously accepted. The big folk festivities continued for a week. Every evening, volleys of guns sounded near the Kremlin, and primitive pyrotechnics were launched in the yards. The branches of spruce and juniper were fixed at the gate, and instead of festive fireworks, barrels of resin hanging on the pillars were set on fire. The Russian New Year was not complete without Christmas tree toys - conifers were decorated with nuts, sweets, small wooden figures suspended on threads.

## ***October revolution's consequences***

In January 1918, the Council of People's Commissars of the Russian Soviet Federative Socialist Republic passed a decree introducing the Western European Gregorian Calendar. The Russian Orthodox Church rejected the change and continued to stick to the Julian Calendar. This is why Russian Orthodox Christians celebrate

Christmas on January 7, which corresponds to December 25 according to the Julian Calendar. At the same time, a new unofficial holiday emerged - the Old New Year - which is celebrated on January 14.

In the first years of the Soviet Union, the tradition of Christmas and New Year celebrations continued. Special New Year parties for the children of state and party officials were held at the Grand Kremlin Palace. However, in the mid-1920s, a campaign against religious prejudice was launched across the country. As a result, Christmas was banned in 1929.

## ***Revived holiday***

On December 28, 1935, the Pravda newspaper published an article by Second Secretary of the Central Committee of the Communist Party (Bolshevik) of Ukraine Pavel Postyshev, entitled "Let's arrange a fine New Year party for children!" He suggested "the wrongful condemnation of the New Year tree" be stopped.

On January 1, 1936, the Pravda's front page featured a photo of Joseph Stalin and his New Year greetings. At the same time, a New Year party for children and youngsters took place at the House of the Unions' Column







Hall. The party involved the key New Year character, Ded Moroz (of Father Frost), who was joined by Snegurochka (or Snow Maiden) a year later.

Starting from 1954, New Year parties for kids were held in the St. George Hall of the Grand Kremlin Palace.

In the 1970s, Soviet leaders started the tradition of addressing the country's people on New Year's eve. General Secretary of the Communist Party of the Soviet Union Leonid Brezhnev was the first to make such an address, which was broadcast on the national TV on December 31, 1970.

In the Soviet era, the holiday's features changed. The Star of Bethlehem was replaced by a five-pointed red star. Figurines representing the Kremlin towers, cosmonauts, satellites, wheat sheaves and the like were now used instead of nuts, fruit and figurines of Christmas characters.

#### ***New Year celebrations in Russia***

A real fir tree was for the first time installed on Cathedral Square within the Kremlin's walls in December 1996 at then Russian President Boris Yeltsin's initiative. The main celebration - the All-Russia New Year party, which is also called the "presidential" party - takes place at the Grand Kremlin Palace. More than 5,000 children from all Russian regions attend the party every year.

On the New Year's eve, the Russian president address the country with greetings. After that, at the stroke of midnight, TV channels and radio stations broadcast the chime of the Kremlin's Spasskaya Tower's clock, which is followed by the national anthem.

By the way, for residents of Russian cities, the New Year is the main winter holiday and is celebrated on January 1. However, there are exceptions among urban residents who do not celebrate the New Year. A real holiday for a believer is Christmas. And in front of him is a strict Christmas fast that lasts 40 days. It starts on November 28 and ends only on January 6, in the evening, with the rise of the first star. Before Christmas on the sixth day comes Christmas Eve, the final day of Christmas Lent.

#### ***Christmas treats.***

The main and mandatory on the Christmas table are a variety of pork dishes: fried pig, stuffed pork head, fried meat in pieces, jelly, poured. Many other meat dishes were also served on the Christmas table: goose with apples, hare in sour cream, game, lamb, whole fish. We Drank brews (compots and sweet soups, sbiten), kissels.

#### ***Christmas.***

Christmas is one of the funniest periods of the year, at this time there are mass festivities, games, songs are sung. And this is also a time of Christmas fortune-telling, when young girls wonder to find out their fate, which of them will get married this year and who will have to wait. It is believed that it is at Christmas that you can most accurately predict your future.

#### ***Carols.***

Among folk customs, the custom of caroling is still preserved in some places - when mummers, mostly children and young people, go home on Christmas night and sing songs with wishes to the owners, receiving sweets and treats as a reward.

#### ***What can't you do for Christmas?***

For example, to engage in economic affairs, sew, knit. Men should forget about hunting for a while. And it is forbidden to cut the baked Christmas cake before the holiday.

#### ***Signs for January 7.***

- On the night of January 6-7, clear sky and windless weather - to a good harvest in the fields.
- Snow in the morning promises good luck, wealth and fertility this year.
- You can't leave an empty plate on the table - to poverty.
- A thaw for Christmas is a bad harvest.
- The blizzard and blizzard promises a rich wheat harvest and a successful season for the beekeeper.
- Bright stars in the sky for Christmas are a good sign that offends the offspring of cattle.
- Sunny weather is a rich season for mushrooms and berries.



Как русские празднуют настоящий Новый год.

#### РУССКИЙ НОВЫЙ ГОД.

Новогодняя ночь в России считалась с марта по сентябрь, и только на рубеже XVIII века решили, что январь все равно будет самым удобным. Только 20 декабря 1699 года Петр I приказал подсчитать новый год европейским способом, что ранее не было принято. Большие народные праздники продолжались в течение недели. Каждый вечер возле Кремля звучали залпы орудий, и во дворах запускалась примитивная пиротехника. Ветви ели и можжевельника были закреплены

у ворот, и вместо праздничного фейерверка были подожжены бочки из смолы, висящие на столбах. Русский Новый год не был полным без елочных игрушек - хвойные деревья были украшены орехами, сладостями, маленькими деревянными фигурками, подвешенными на нити.

#### *Последствия Октябрьской революции*

В январе 1918 года Совет Народных Комиссаров Российской Советской Федеративной Социалистической Республики принял указ о введении западноевропейского григорианского календаря. Русская Православная Церковь

отвергла изменения и продолжала придерживаться Юлианского календаря. Вот почему русские православные христиане празднуют Рождество 7 января, что соответствует 25 декабря по юлианскому календарю. В то же время появился новый неофициальный праздник - Старый Новый год - который отмечается 14 января.

В первые годы Советского Союза традиция празднования Рождества и Нового года продолжалась. В Большом Кремлевском дворце прошли специальные новогодние вечеринки для детей государственных и партийных чиновников. Однако в середине 1920-х годов по всей стране была начата кампания против религиозных предрассудков. В результате Рождество было запрещено в 1929 году.

#### *Возрожденный праздники*

28 декабря 1935 года газета «Правда» опубликовала статью Второго секретаря Центрального комитета Коммунистической партии (большевиков) Украины Павла Постышева под названием «Давайте устроим прекрасную новогоднюю вечеринку для детей!» Он предложил прекратить «неправомерное осуждение новогодней елки».

1 января 1936 года на первой странице «Правды» была представлена фотография Иосифа Сталина и его новогоднее поздравление. В то же время в Колонном зале Дома Союзов состоялась новогодняя вечеринка для детей и молодежи. В партии участвовал ключевой новогодний персонаж Дед Мороз, к которому год спустя присоединилась Снегурочка.

Начиная с 1954 года в Санкт-Петербурге проходили новогодние праздники для детей.

В 1970-х годах советские лидеры начали традицию обращения к народу страны в канун Нового года. Генеральный секретарь Коммунистической партии Советского Союза Леонид Брежнев

первым выступил с таким обращением, которое транслировалось по национальному телевидению 31 декабря 1970 года.

В советское время черты праздника изменились. Вифлеемская звезда была заменена пятиконечной красной звездой. Фигурки, представляющие кремлевские башни, космонавтов, спутники, пшеничные снопы и тому подобное, теперь использовались вместо орехов, фруктов и статуэток рождественских персонажей.

### **Празднование Нового года в России**

Настоящая елка была впервые установлена на Соборной площади в стенах Кремля в декабре 1996 года по инициативе тогдашнего президента России Бориса Ельцина. Главный праздник - Всероссийская новогодняя вечеринка, которую также называют "президентской" партией - проходит в Большом Кремлевском дворце. Ежегодно вечеринку посещают более 5000 детей из всех регионов России.

В канун Нового года президент России обращается к стране с поздравлениями. После этого в полночь телеканалы и радиостанции транслируют звуковой сигнал часов Кремлевской Спасской башни, за которым следует государственный гимн.

Кстати, для жителей российских городов Новый год является главным зимним праздником и отмечается 1 января. Однако есть исключения среди городских жителей, которые не празднуют Новый год. Настоящий праздник для верующего - Рождество. И перед ним строгий рождественский пост, который длится 40 дней. Он начинается 28 ноября и заканчивается только 6 января вечером, с подъемом первой звезды. Перед Рождеством наступает канун Рождества, последний день Рождества Великого поста.

### **Рождественские угощения.**

Основными и обязательными на рождественском столе являются различные блюда из свинины: жареная свинья, фаршированная свиная голова, жареное мясо кусочками, желе, заливное. На рождественском столе также подавали много других мясных блюд: гусь с яблоками, заяц в сметане, дичь, баранина, цельная рыба. Люди пили пиво (компоты и сладкие супы, сбитен), кисели.

Рождество - один из самых веселых периодов года, в это время проводятся массовые праздники, игры, песни. И это также время для рождественского гадания, когда молодые девушки задаются вопросом, чтобы узнать свою судьбу, кто из них выйдет замуж в этом году и кому придется подождать. Считается, что именно на Рождество вы можете наиболее точно предсказать свое будущее.



### **Колядки.**

Среди народных обычаев в некоторых местах до сих пор сохраняется обычай колядки - когда мамы, в основном дети и молодежь, возвращаются домой в рождественскую ночь и поют песни с пожеланиями, получая сладости и угощения в качестве награды.

### **Что лучше не делать на Рождество?**

Например, заниматься экономическими делами, шить, вязать. Мужчины должны на некоторое время забыть об охоте. И запрещено резать запеченный рождественский торт перед праздником.

### **Знаки на 7 января.**

- В ночь с 6 на 7 января, чистое небо и безветренная погода - хороший урожай на полях.

- Снег утром обещает удачу, богатство и плодородие в этом году.

- Нельзя оставить пустую тарелку на столе - к бедности.

Оттепель на Рождество - это плохой урожай.

- Метель и вьюга обещают богатый урожай пшеницы и успешный сезон для пчеловода.

- Яркие звезды на небе на Рождество - хороший знак



## THE LEMON CAKE

Start the new year in style with a selection of glamorous puds, stunning centrepieces, cocktails and canapés. Your household will thank you for it! Today we are going to bake the lemon cake.

### INGREDIENTS

- 1.5 cups flour
- 0.5 teaspoon soda
- 0.5 teaspoon baking powder
- 1 cup sugar
- 3 eggs
- 2 tablespoons butter
- 1 teaspoon vanilla extract
- 2-3 teaspoons lemon zest
- 0.3 cup lemon juice
- 1 cup powdered sugar (for glaze)
- 2 tablespoons milk (for glaze)
- 0.5 cup vegetable oil
- Pinch of salt

### STEP 1

Turn the oven to heat up to 180 degrees. Oil the cake pan with vegetable oil or butter and sprinkle with flour.

### STEP 2

Mix all the dry ingredients (flour, baking soda, salt and baking powder) in a large bowl.

### STEP 3

Whisk eggs, sugar, butter, vanilla extract, lemon zest and juice with a mixer in another bowl.

### STEP 4

While stirring, gradually add the flour mixture to the egg mixture.

### STEP 5

Add the vegetable oil to the dough and mix

### STEP 6

Put the dough in a baking dish and place it in the oven

### STEP 7

Bake the lemon cake in a hot oven for 45 minutes. Check readiness of the cake with a toothpick (it should be dry).

### STEP 8

Make the glaze: mix powdered sugar and milk.

### STEP 9

Drizzle cooled lemon cake with glaze. The cake is ready!

Начните новый год стильно с выбора гламурных пудингов, потрясающих закусок, коктейлей и канапе. Ваши домочадцы будут вам за это благодарны! Сегодня мы будем печь лимонный кекс.

- Мука - 1,5 стакана
- Сода - 0,5 чайной ложки
- Разрыхлитель - 0,5 чайной ложки
- Сахар - 1 стакан
- Яйца - 3 штуки
- Масло сливочное - 2 ст. ложки
- Экстракт ванилина - 1 чайная ложка
- Лимонная цедра - 2-3 чайные ложки
- Лимонный сок - 0,3 стакана
- Сахарная пудра - 1 стакан (для глазури)
- Молоко - 2 ст. ложки (для глазури)
- Масло растительное - 0,5 стакана
- Щепотка соли

#### **Шаг 1.**

Включите духовку нагреваться до 180 градусов. Форму для кекса смажьте маслом (растительным или сливочным) и присыпьте мукой.

#### **Шаг 2**

В большой миске смешайте все сухие ингредиенты - муку, соду, соль и разрыхлитель.

#### **Шаг 3**

В другой миске взбейте миксером яйца, сахар, масло, экстракт ванилина, лимонную цедру и сок.

#### **Шаг 4**

В полученную смесь, постепенно помешивая, введите мучную смесь.

#### **Шаг 5**

В тесто добавьте растительное масло и перемешайте.

#### **Шаг 6**

Выложите тесто в форму и отправляйте в духовку.

#### **Шаг 7**

Выпекайте лимонный кекс в горячей духовке в течение 45 минут. Готовность кекса проверяйте зубочисткой, она должна быть сухой.

#### **Шаг 8**

Приготовьте глазурь. Для этого смешайте сахарную пудру с молоком.

#### **Шаг 9**

Остывший лимонный кекс облейте глазурью. Кекс готов!

*Анастасия Бесфамильная*



# SINTERKLAAS IN NETHERLANDS

*Natasha de Ridder, North Brabant, the Netherlands*

Christmas is of course celebrated in the Netherlands, but is there anything special or very different in it from other countries? Not that I know. There is though a very special feast in the Netherlands that is the one that children here love most - Sinterklaas. The name means Saint Nicholas, related to the Greek Bishop of Myra from the 3rd-4th century AD. Sinterklaas is an old man with a long white beard, he wears bishop clothes and a red bishop mitre with a golden cross on it. He's a patron saint of children, he was born on December 6th and he likes giving presents to children on his birthday rather than accept presents. He lives in Spain and comes to the Netherlands every year on a Saturday in the middle of November and stays until December 6th. He has a huge bunch of helpers called Zwarte Piet (Black Pete). They are black because they climb into houses through chimneys to throw presents and sweets into children's shoes. They have different tasks: there is the Horse Piet that takes care of the white horse of Sinterklaas, the Head Piet (he looks after the Big Book of Sinterklaas, where the names, addresses and wishes of all the children are written down), the Navigation Piet, the Baking Piet, the Handcraft Piet, the Musical Piet and so on. The rest of the year they work together on making presents, sweets and baking special cookies "pepernoten" (with cinnamon, cloves, nutmeg, aniseed, coriander seed, ginger powder and cardamom), and then in November they set out on a trip from Spain to the Netherlands on a steam boat, bringing all their presents and sweets with them. During the time they are in the Netherlands (roughly 3 weeks) children may set out their shoe in the evening, sing Sinterklaas songs (of which there are a great many) and then hope to find a present in their shoe in the morning. Usually this is something small, sometimes with a chocolate, cookie or tangerine. Pepernoten are often thrown on the floor around the shoes. On the first morning after the arrival of Sinterklaas a present (a toy or a game) can be bigger. It's up to parents how often their children are allowed to set their shoe.

Sinterklaas comes to see children at schools, kindergartens, dance, sports and other classes and sometimes celebrations at the parents' offices are organised. During this period children often wear costumes of Zwarte Piet or Sinterklaas. They also often make their hats at school using cardboard and some other craft material. Teachers join them in wearing funny hats. Children write their lists of presents they would like to get from Sinterklaas already long before his arrival.

There is a television program for children called Sinterklaas journal, where they follow Sinterklaas and Zwarte Pieten on their journey. These last years there is always something that goes wrong there: the Big



Book of Sinterklaas gets stolen, the steam boat starts leaking and they have to go back to their Spanish port and choose another way of transportation, the presents travelling by another boat are accidentally shipped to Africa and might not arrive on time.

With all that said the waiting for the evening of December 5th - pakjesavond (the presents eve) - becomes hardly bearable for the children. Some have problems falling asleep. Others tell in the morning how they woke up at night and heard Zwarte Piet downstairs filling their shoes or saw a pair of eyes watching them through the window. On the evening of December 5th, after dinner the whole family sits together and sings Sinterklaas songs and then at some point they hear a loud knock on the front door and run there to see Sinterklaas with his helpers and to thank them... - there is a big



sack with presents next to the door, but Sinterklaas is already gone, he has a lot of children to bring presents to. Then all the presents are being given out one by one, and there are always big chocolate letters for the first letter of the names of each member of the family. Grownups can also get presents, but not as many as children.

In families with older children it is a tradition to make surprises (surprise selfmade gifts) and write a funny poem for the one you are making your gift for. This all takes really a lot of time, and our children are still quite young, so in our family we haven't done surprises and poems yet. When the children get older and join us in preparing presents, we'll have to switch to this way of celebrating (which demands intensive preparation and a good deal of creativity). For now

the children enjoy lots of presents, sweets and happy singing together.

To give an example of a surprise: when one of our nieces was around 8 or 10, she was already a very successful swimmer. That year as a surprise she got a newspaper from the future. It had all sorts of different articles and among them in the sports section: our niece, 20, takes part in the Olympics and wins gold in swimming. A very nicely done newspaper, the girl was really impressed.

On the morning of December 6th, his birthday, Sinterklaas leaves the country and goes back to Spain. To be longed for by the children, who have just had the best party weeks in the year.

Рождество, конечно, празднуют в Нидерландах, но есть ли в нем что-то особенное или сильно отличающееся от других стран? Однако в Нидерландах есть особенный праздник, который дети здесь любят больше всего – Синтеклаас. Имя означает Святой Николай, связанный с греческим епископом Миры в 3-4 веках нашей эры. Синтеклаас – старик с длинной белой бородой, он носит епископскую одежду и красную епископскую митру с золотым крестом. Он покровитель детей, он родился 6 декабря и любит дарить подарки детям в свой день рождения, а не принимать подарки. Он живет в Испании и приезжает в Нидерланды каждый год в субботу в середине ноября и остаётся до 6 декабря. У него есть огромная группа помощников по имени Zwarte Piet (Чёрный Пит). Они чёрные, потому что лезут в дома через дымоходы, чтобы закинуть детям в обувь подарки и сладости. У них разные задачи: есть Конный Пит, который заботится о белом коне Синтеклааса, Главный Пит (он ведёт Большую Книгу Синтеклааса, где записаны имена, адреса и пожелания всех детей), Навигация, выпечка, рукоделие, музыка и так далее. В остальное время года они вместе делают подарки, сладости и выпекают особое печенье «пепернотен» (с корицей, гвоздикой, мускатным орехом, анисом, семенами кориандра, имбирным порошком и кардамоном), а затем в ноябре отправляются в путешествие из Испании в Нидерланды на пароход, везя с собой все свои подарки и сладости. Во время пребывания в Нидерландах (примерно 3 недели) дети могут вечером раскладывать свою обувь, петь песни Sinterklaas (которых очень много), а утром надеяться найти подарок в своей обуви. Обычно это что-то маленькое, иногда с шоколадкой, печеньем или мандарином. Пепернотенки часто бросают на пол вокруг обуви. В первое утро после приезда Синтеклааса подарок (игрушка или игра) может быть больше. Родители сами решают, как часто их детям разрешается чистить обувь.

Синтеклаас навещает детей в школах, детских садах, на танцевальных, спортивных и других занятиях, а иногда устраиваются праздники в кабинетах родителей. В этот период дети часто носят костюмы Zwarte Piet или Sinterklaas. Они также часто делают свои шляпы в школе, используя картон и некоторые другие материалы для рукоделия. Учителя присоединяются к ним в забавных шляпах. Дети составляют свои списки подарков, которые они хотели бы получить от Синтеклааса, ещё задолго до его приезда.

Существует телевизионная программа для детей под названием «Журнал Синтеклааса», в которой они следуют за Синтеклаасом и Зварте Питом в их путешествии. В последние годы там всегда что-то идет не так: крадут Большую книгу Синтеклааса, пароход начинает течь, и им приходится возвращаться в свой испанский порт и выбирать другой способ транспортировки, подарки, путешествующие на другом корабле, случайно отправлены в Африку и могут не прибыть вовремя.



При всем при этом ожидание вечера 5 декабря - rakjesavond (кануна подарков) - становится для детей невыносимым. У некоторых проблемы с засыпанием. Другие рассказывают утром, как проснулись ночью и услышали, как Зварте Пит наполняет их обувь внизу, или увидели пару глаз, наблюдающих за ними через окно. Вечером 5 декабря, после ужина, вся семья собирается вместе и поет песни Синтеклааса, а потом в какой-то момент они слышат громкий стук в дверь и бегут туда, чтобы увидеть Синтеклааса с его помощниками и поблагодарить их... - там стоит большой мешок с подарками у двери, но Синтеклаас уже ушел, у него много детей, которым нужно отнести подарки. Потом все подарки раздаются один за другим, и всегда есть большие шоколадные буквы на первую букву имени каждого члена семьи. Взрослые тоже могут получить подарки, но не так много, как дети.





В семьях со старшими детьми принято делать сюрпризы (подарки-сюрпризы, сделанные своими руками) и писать смешное стихотворение для того, кому вы делаете подарок. Это все занимает действительно много времени, а дети у нас еще совсем маленькие, поэтому сюрпризов и стихов в нашей семье еще не делали. Когда дети подрастут и присоединятся к нам в приготовлении подарков, нам придется перейти на этот способ празднования (требующий тщательной подготовки и немало творчества). А пока детей ждет множество подарков, сладостей и веселое совместное пение.

Приведу пример неожиданности: когда одной из наших племянниц было около 8 или 10 лет, она уже очень успешно плавала. В том же году в качестве сюрприза она получила газету из будущего. Там были самые разные статьи и в том

числе в спортивной секции: наша племянница, 20 лет, участвует в олимпиаде и выигрывает золото по плаванию. Очень красиво сделанная газета, девушка была очень впечатлена.

Утром 6 декабря, в свой день рождения, Синтеклаас покидает страну и возвращается в Испанию.

***Наташа де Риддер, Северный Брабант, Нидерланды***

***Перевод на русский язык: Кира Балаева***

**СКОЛЬКО ЧЕЛОВЕК НА ПЛАНЕТЕ ГОВОРИТ НА АНГЛИЙСКОМ?**  
Каждый 7-й человек на планете. 1 миллиард человек.



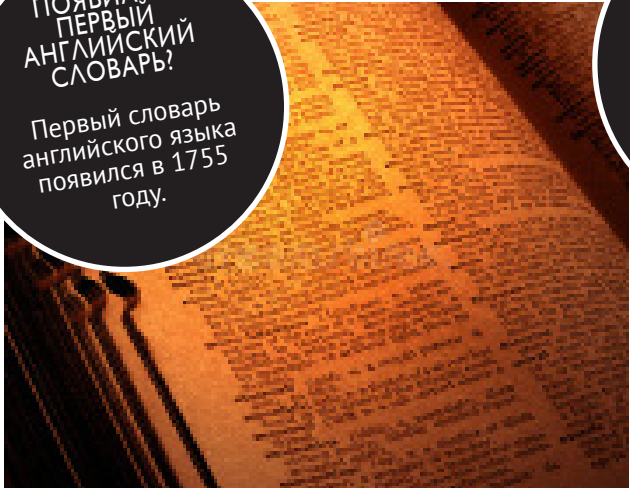
**ЕСТЬ ЛИ В США ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЯЗЫК?**  
Нет! В США подавляющее большинство граждан разговаривает на английском и только 13% из них относятся к испаноговорящему.



**КАКИЕ ИЗ АНГЛИЙСКИХ СЛОВ САМЫЕ СТАРЫЕ?**  
Town, I, we, two, three.



**КОГДА ПОЯВИЛСЯ ПЕРВЫЙ АНГЛИЙСКИЙ СЛОВАРЬ?**  
Первый словарь английского языка появился в 1755 году.



**ОШИБКИ В СЛОВАРЯХ?**  
Да, было такое. Целых 8 лет в английском словаре присутствовало слово-призрак "Dord". Этого слова не существует, оно попало в словарь из-за ошибки печати. Слово продержалось в словаре с 1932 по 1940 г.г.



**СЕКРЕТЫ ПРОИЗНОШЕНИЯ.**  
Произношение слова quiet не изменится, даже если исключить из него все буквы, кроме первой.



**НОВЫЕ СЛОВА В АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ.**  
Каждые два часа в английский словарь добавляется новое слово.



**И ЕЩЕ О ПРОИЗНОШЕНИИ.**  
Из всех английских слов чаще всего неправильно произносятся "pronunciation" - "произношение".



# FUNNY ENGLISH WITH

**ELENA BURMISTROVA**

На этой странице мы сделали подборку английских загадок от самых коротких и простых до сложных и требующих размышлений. Присылайте ответы в редакцию в течение недели после выхода журнала.

1. What do you throw out when you want to use it, but take in when you don't want to use it?

2. What falls in the winter but never gets hurt?

3. We can be made of leather or can be made of wool, we come in pairs and keep you from cold. What am I?

4. What has many needles, but doesn't sew?

5. Where was baby Jesus born?

6. What are two things people never eat before breakfast?

7. What State in the United States is high in the middle and round at the ends?

8. What letter of the alphabet has got lots of water?

9. What begins with T ends with T and has T in it?

10. What are the two strongest days of the week?

11. What do you call a witch at the beach?

12. What do you call a fish that only cares about himself?

13. What's got a wave but no sea?

14. I do not have wings, but I can fly. I don't have eyes, but I can cry! What am I?

15. If I drink, I die. If I eat, I am fine. What am I?

16. How can a man go seven days without sleep?

17. What can fill a room but takes up no space?

18. I'm tall when I'm young, and I'm short when I'm old. What am I?

19. What is always in front of you but can't be seen?

20. I have lakes with no water, mountains with no stone and cities with no buildings. What am I?

*“One language sets you in a corridor for life.  
Two languages open every door along the way.”*

*Frank Smith*



# HOW DOES THE BRITISH ROYAL FAMILY CELEBRATE CHRISTMAS?

ТЕКСТ: КСЕНИЯ АГАПОВА  
ПЕРЕВОД НА АНГЛИЙСКИЙ: ПЕРМИТИНА ДАРЬЯ

Christmas in the UK is a family holiday. It is customary to celebrate it in a close circle, gathering around the Christmas tree, talking over a homemade festive meal with traditional dishes. The royal family has its own traditions in celebrating Christmas.

## *Christmas cards*

Queen Elizabeth and Prince Philip sent some 850 cards, hand-signed for family members, close friends and other dignitaries. Each 'part' of the royal family sends a personalized card with their own wishes and photos, and uses different signatures for different categories of familiarity with the recipient.

Try writing letters or cards for loved ones for the New Year. It is very valuable and pleasant. Write down not only the moments that happened to you this year, but also the little things that connect you with your family, they will be incredibly pleased to receive a letter that will warm their souls in moments of sadness.

## *Celebration outside the city*

Until 1988, the royal family celebrated Christmas at Windsor. This palace belongs to the state and is not the private property of the monarch. But later every-

thing changed, and now the royal couple with relatives celebrate Christmas in their private estate – Sandringham, which has belonged to the family by right of ownership since the time of King Edward the Seventh, to be exact, since 1862. In Windsor, Elizabeth II and her family now celebrate only Easter.

## *Gifts and gift exchanges*

Members of the royal family are ordinary people, they also love to give each other gifts and do it with pleasure.

By tradition, the royal family puts all gifts on special tables. Gifts are exchanged during the Christmas five o'clock tea party.

In Buckingham Palace, in turn, workers are not left without royal gifts. All servants traditionally receive Christmas gifts the week before Christmas. Moreover, the choice is always given - either the gift will be expressed in monetary terms, or presented in the form of a book. However, there is a condition to receive a gift, you must serve in the palace for at least one year. The value or amount of the gift also depends on the status and reputation of the servant.

### **Christmas tree**

Queen Charlotte, according to legend, was the first to introduce the tradition of decorating the Christmas tree. Then, Queen Victoria and Prince Albert spread her legacy everywhere.

These days, the big Christmas tree is decorated by the servants, however, if desired, all members of the royal family can participate. But Elizabeth II always loved to complete the decoration. She did not allow anyone else to do it for her.

### **Royal postcards**

Sharing cute family photos in the run-up to Christmas is an important tradition of the British royal family. Usually these are special photos that no one has seen before. For such an event, a separate photo shoot is organized or a

frame is selected from the personal archive. As, for example, in the case of the last Christmas picture of the Duke and Duchess of Cambridge, who published a photo from a private trip with children to Jordan.

Prince Albert Edward (who later became King George V) and Mary of Teck, who once decided to send relatives, friends and important political figures a photo of Bertie's little son, began the cute annual ritual.

Years later, Queen Elizabeth II continued her grandfather's tradition by sending out postcards with photos of her growing family. Now Princes William and Harry are following suit.

Today, members of the royal family are posting new celebratory footage on their official social media accounts and on the Buckingham

Palace website. In the same place, by the way, you can fill out an application and try your luck: perhaps next time your address will be chosen to send a postcard.

### **Christmas dinner**

What's on the festive table for the Queen and her family? It's the same as all the English. Turkey! The Queen has never cheated on herself, and the baked turkey has been served on the table for Christmas by order of Her Majesty.

It is supposed to eat only after the service in the church. The family does not break this tradition. Arriving home, all family members gather at the Christmas table. Meals are served according to a pre-made menu, with Christmas pudding for dessert.









### ***Как празднует Рождество английская королевская семья?***

Рождество в Великобритании — праздник семейный. Его принято отмечать в тесном кругу, собравшись у рождественской елки, беседуя за домашней праздничной трапезой с традиционными блюдами. У королевской семьи есть свои традиции в праздновании Рождества.

#### ***Рождественские открытки***

Королева Елизавета и принц Филипп отправляли около 850 карточек, подписанных вручную для членов семьи, близких друзей и других высокопоставленных персон. Каждая «часть» королевской семьи отправляет персонализированную карточку со своими пожеланиями и фотографиями, а также использует разные подписи для разных категорий знакомства с получателем.

Попробуйте написать письма или открытки для близких людей на Новый год. Это очень ценно и приятно. Запишите не только моменты, которые произошли с вами в этом году, но и мелочи, связывающие вас с родными, им будет невероятно приятно получить письмо, которое будет греть душу в минуты грусти.

#### ***Празднование за городом***

До 1988 года королевская семья праздновала Рождества в Виндзоре. Этот дворец принадлежит государству и не является частной собственностью монарха. Но позднее все изменилось, и теперь королевская чета с родственниками отмечают Рождество в своем частном поместье - Сэндрингэм (Sandringham), которое принадлежит семье по праву собственности со времен короля Эдварда Седьмого, а точнее с 1862 года. В Виндзоре Елизавета Вторая и ее семья празднуют теперь только Пасху.





### **Подарки и обмен подарками**

Члены королевской семьи — обычные люди, они тоже любят дарить друг другу подарки и делают это с удовольствием.

По традиции все подарки королевская семья складывает на специальные столики. Обмен подарками проводится во время рождественского пятичасового чаепития.

В Букингемском дворце, в свою очередь, без королевских подарков не остаются и работники. Вся прислуга по традиции получает рождественские дары за неделю до Рождества. Причем, всегда

предоставляется выбор — либо подарок будет выражен в денежном эквиваленте, либо подарен в виде книги. Однако есть условие, чтобы получить подарок, необходимо служить во дворце не менее одного года. Значимость или сумма подарка также зависят от статуса и репутации служащего.

### **Рождественская ёлка**

Королева Шарлотта, согласно преданию, первой ввела в традицию наряжать Рождественскую елку. Затем, повсеместно её наследие распространили королева Виктория и принц Альберт.

Большую Рождественскую елку в наши дни украшает прислуга, правда, при желании могут участвовать и все члены королевской семьи. А вот Елизавета Вторая всегда любила завершать украшение. Она не допускала, чтобы кто-либо другой делал это за нее.

### **Королевские открытки**

Делиться милыми семейными снимками в преддверии Рождества — важная традиция королевской семьи Великобритании. Обычно это особенные фотографии, которые ранее никто не видел. Для такого события организуется отдельная фотосессия или выбирается кадр из личного архива. Как, например, в случае последнего рождественского снимка герцога и герцогини Кембриджских, которые опубликовали фото из частной поездки с детьми в Иорданию.

Начало же милому ежегодному ритуалу положили принц Альберт Эдвард (впоследствии ставший королем Георгом V) и Мария Текская, которые однажды решили разослать родственникам, друзьям и важным политическим деятелям фотографию маленького сына Берти.

Спустя годы королева Елизавета II продолжила традицию деда, рассылая открытки с фотографиями ее растущей семьи. Теперь ее примеру следуют принцы Уильям и Гарри.

Сегодня члены королевской семьи публикуют новые праздничные кадры в своих официальных аккаунтах в соцсетях и на сайте Букингемского дворца. Там же, кстати, можно заполнить заявку и попытаться удачи: возможно, в следующий раз ваш адрес выберут, чтобы отправить открытку.

### **Рождественский обед**

Что на праздничном столе у королевы и ее семьи? Тоже самое, что и у всех англичан. Индейка! Королева никогда не изменяла себе, и запеченная индейка вот уже которое Рождество подается на стол по заказу её Величества.

Есть положено только после службы в церкви. Семья не нарушает эту традицию. Придя домой, все члены семьи собираются за рождественским столом. Блюда подаются согласно заранее сделанному меню, на десерт рождественский пудинг.

## I DON'T WANT TO, BUT I HAVE TO!

I don't want to, but I have to!

Secrets of defeating procrastination

How often have you found yourself in a similar situation when you need to prepare something, learn, write, clean, go, play sports, talk to someone, possibly unpleasant, solve the issue and... it begins: mental anguish, procrastination, in other words, postponement to a distant drawer, for later, for tomorrow, from Monday and so on. Today we will talk about procrastination - the choice between "I want" and "I need to," and in the end we will decide whether it is necessary or not?

Can I want to and do?

What kind of trouble is procrastination?

And this is a familiar condition that at the most inopportune moments, seemingly pleasant and joyful, adds disturbing notes when you can't finally relax and enjoy life and, as a result, does not allow you to feel happy.

Do you remember the well-known proverb: when you've done your job, walk boldly?

This is what it is, when we are afraid or do not want to start one or another of our duties, we are looking for 1000 ways, excuses and reasons, we are distracted by other things, convincing ourselves that they are no less important and urgent, even if these are household trifles.

Familiar? One way or another, everyone faces this state: a schoolboy, a student, a teacher, an engineer, a writer, a confectioner... and, by the way, this is quite normal.

Of course, everyone has the right to free time and, as the Italians say, *dolcefarniente*, sweet idleness. And this is really necessary and very useful for our psycho-emotional state.

The benefit ends at the moment when we stop feeling pleasure from the moment, and the worm inside sharpens some discomfort, and so it is at this moment that procrastination turns into a problem.

When you are late to submit work on time or turn it in of poor quality, do not have time to prepare for the exam, get in shape for the new year or the beach season ... and so on and so forth.

This feeling of constant anxiety due to a blockage in business, this is stress!

Why does he need us?

Scientists, psychologists, sociologists have done dozens



of studies on this matter, dissertations have been written, but the problem still exists, we often encounter it, we suffer, we go through all stages: from denial to acceptance at a distance from "I don't want" to "necessary".

So let's find out for ourselves now: why don't I want to?

To whom? and why is it necessary?

And is it good to live if you always follow only your momentary desires?

As a rule, we do not want two things: to perform some tasks and make decisions on our own.

What is this reluctance expressed in: we postpone and postpone some everyday activities (wash the dishes, shake the press, do our homework), torment ourselves with doubts whether or not it's worth it, go - don't go, call - don't call, learn tickets on the night before the exam, because it was too lazy in advance, we finish the term paper at the last moment, because there were more important things to do in social networks, until the last moment we can't decide on the choice of the university ...



As a result, we develop a behavioral pattern, a pattern of behavior, a habit in any situation to postpone until the last moment, endure, and then gallop, with a creak and suffering.

So what is the reason for our constant postponing of important things until later?

There are two main reasons: laziness and fear. Moreover, they, as a rule, are interconnected and cover one another.

Where do fears come from?

This is all individual: we are afraid of embarrassing ourselves, looking stupid, we think what others will think or say about us, and even we are afraid to look smarter and more successful than others, suddenly people will start pointing their fingers and envy, and also, we are afraid to take responsibility, because, if we made some decision, then answer us.

Therefore, it is easier to be an ostrich and hide from problems in laziness.

Scan your feelings now, decide what kind of fear is holding you?

And now, just like special agents, let's drop the cover called "laziness."

The main rule here is to act immediately.

Great trouble start!

Try to argue with yourself on "weak!".

Start with a five- or ten-minute immersion in the project and you will not notice how you get carried away with solving the problem. Imagine it not in a vertical, but in a horizontal plane, then it will not rise terribly, but simply as a road will lie in front of you. And be sure to present the final result!

You will walk slowly, at a comfortable pace, making obligatory stops to look back and see how far you have gone, make sure that you are moving and, of course, praise !!!

myself.

It is important!

After all, the main cure for laziness is pleasure!

You do not give up pleasure and pleasantness?

That's right, no one will refuse.

Have you done a little bit? - Well done! Enjoy the pleasure, in this self-approval, realize that you are actually very smart.

You will feel a surge of strength and a desire to do more and more, and in the end - an apotheosis! you completed the project, memorized the sonata, knitted a scarf for your friend's birthday, successfully prepared for the exam!

All you can do is celebrate! A smile stretches on your lips by itself, and all because the task was not some terrible beast, but simply a task that you tamed with caress and daily care.

And another interesting, albeit well-known fact that laziness is the engine of progress.

If you try to use laziness correctly, you get good results!

After all, you will be able to solve your tasks much faster and better, because it is in your interests to complete a certain set of tasks as best and as quickly as possible and go do what you love, and not waste time later on eliminating shortcomings.

I believe in your success!

And I will be happy to read about your achievements on the pages of the next issue of this publication!



### ***Не хочу, но надо!***

Секреты победы над прокрастинацией

Как часто вы оказывались в подобной ситуации когда нужно что-то подготовить, выучить, написать, убрать, сходить, заняться спортом, с кем-то, возможно, неприятным поговорить, решить вопрос и... начинается: душевные терзания, прокрастинация, проще говоря, откладывание в дальний ящик, на потом, на завтра, с понедельника и так далее.

Сегодня мы с вами поговорим на тему прокрастинации - выбора между "хочу" и "надо," и в итоге решим, так надо или нет?

Могут ли я захотеть и сделать?

Что же это за беда такая - прокрастинация?

А это такое, всем знакомое состояние, которое в самые неподходящие моменты, казалось бы, приятные и радостные, добавляет тревожные нотки, когда вы не можете окончательно расслабиться и наслаждаться жизнью и, в итоге, не позволяет вам чувствовать себя счастливым.

Помните известную поговорку: сделал дело - гуляй смело?

Вот это оно и есть, когда мы боимся или не хотим приступить к тем или иным своим обязанностям, мы ищем 1000 способов, отговорок и причин, отвлекаемся на другие дела, убеждая себя, что они не менее важные и срочные, даже если это бытовые мелочи.

Знакомо? Так или иначе, с этим состоянием сталкивается каждый: школьник, студент, учитель, инженер, писатель, кондитер... и, кстати, это вполне нормально.

Безусловно, каждый имеет право на свободное время и, как говорят итальянцы, *dolce far niente*, сладкое ничегонеделание. И это действительно нужно и очень полезно для нашего психоэмоционального состояния.

Польза заканчивается в тот момент, когда мы перестаём чувствовать удовольствие от момента, а червячок внутри точит и какой-то дискомфорт, так вот именно в этот момент прокрастинация превращается в проблему.

Когда вы опаздываете сдать работу в срок или сдаёте её некачественную, не успеваете подготовиться к экзамену, прийти в форму к новому году или к пляжному сезону...и прочее, прочее.

Вот это чувство постоянной тревоги из-за завала в делах, это же стресс!

Зачем он нам?

На этот счёт учёными, психологами, социологами произведено десятки исследований, написаны диссертации, но проблема все ещё есть, мы с ней часто сталкиваемся, страдаем проходим все стадии: от отрицания до принятия на дистанции от "не хочу" до "надо".

Поэтому давайте сейчас для себя выясним: почему не хочу?

Кому? и зачем надо?

И хорошо ли жить, если всегда следовать только за своими сиюминутными желаниями?

Как правило мы не хотим две вещи: выполнять какие-то задания и самостоятельно принимать решения.

В чем это нежелание выражается: мы откладываем и переносим какие-то повседневные дела (помыть посуду, покатать пресс, сделать уроки), терзаем себя сомнениями стоит или не стоит, сходить - не сходить, позвонить - не позвонить, учим билеты в ночь перед экзаменом, потому что заранее регулярно было лень, дописываем курсовую в последний момент, потому что были более важные дела в соцсетях, до последнего момента не можем определиться с выбором вуза...

В итоге у нас формируется поведенческий паттерн, шаблон поведения, привычка в любой ситуации откладывать до последнего, терпеть, а потом галопом, со скрипом и страданиями делать.

Так в чем же причина наших постоянных откладывание важных дел на потом?

Основных причин две: лень и страх. Причём они, как правило, взаимосвязаны и прикрывают одна другую.

Откуда же берутся страхи?

Это все индивидуально: мы боимся опозориться, выглядеть глупо, думаем, что о нас подумают или скажут другие, и даже боимся выглядеть умнее и успешнее других, вдруг люди начнут тыкать пальцами и завидовать, а ещё, боимся брать на себя ответственность, ведь, если мы приняли какое-то решение, то и отвечать нам.

Поэтому, проще быть страусом и прятаться от проблем в лени.

Просканируйте сейчас свои ощущения, определитесь, какой именно страх держит вас?

А теперь, прямо как спецагенты, давайте откажемся от прикрытия под названием "лень".

Главное правило здесь - действовать сразу.

Велика беда начало!

Попробуйте поспорить с самим собой на "слабо!".

Начните с пяти- или десятиминутного погружение в проект и не заметите, как увлечетесь решением задачи. Представьте ее не в вертикальной, а в горизонтальной плоскости, тогда она не будет страшно возвышаться, а просто как дорога будет лежать перед вами. И обязательно представляйте самый конечный результат!

Вы будете потихоньку, в комфортном темпе идти, делая обязательные остановки, чтобы оглянуться и увидеть сколько вы прошли, убедиться что вы движетесь и, непременно, похвалить!!!

себя.

Это важно!

Ведь главное лекарство от лени - это удовольствие!

Вы же не откажитесь от удовольствия и приятности?

Правильно, никто не откажется.

Вы сделали чуть-чуть? - вы молодец! Наслаждайтесь удовольствием, в этом самоодобрении осознайте, что вы вообще-то ого-го какой умничка.

Вы будете чувствовать прилив сил и желание сделать больше и больше, и в итоге - апофеоз! вы завершили проект, выучили сонату наизусть, довязали шарфик ко дню рождения подруге, успешно подготовились к экзамену!

Всё, можно праздновать! Улыбка сама собой растягивается на ваших губах, а все потому, что задача была ни каким-то страшным зверем, а просто задачей, которую вы приручили лаской и ежедневной заботой.

А ещё интересный хотя и общеизвестный факт, что лень - двигатель прогресса.

Если попробовать ленью верно воспользоваться, то получают хорошие результаты!

Ведь вы сможете решать свои задачи гораздо скорее и качественнее потому, что в ваших интересах как можно лучше и быстрее выполнить определённый набор задач и пойти заниматься любимыми делами, а не тратить потом время на устранение недочётов.

Я верю в ваш успех!

И с радостью буду читать о ваших достижениях на страничках следующего номера этого издания!

*Татьяна Семак, психолог, автор научных статей по культуре семейных отношений; аспирант кафедры менеджмента и технологий социально-культурной деятельности МГИК*

*Перевод на английский: Александр Сатановский*



# VENEZUELA

*Venezuela is a country where you can hide from the cold*

Venezuela is an amazing and mysterious country that is washed by the Atlantic Ocean and the beautiful Caribbean Sea. Crystal clear waters, pure white sands, unique landscapes make this country one of the most suitable places for recreation. One of the country's popular beach resorts is Margarita Island, which I managed to visit. It can rightly be called the pearl of the beaches of Venezuela. Paradise place is located in the northern part of the country, in the Caribbean Sea. The atmosphere of relaxation always reigns on the island: clean beaches, beautiful sunsets. A country ten thousand kilometers from Moscow attracts tourists with its local flavor, which I will now tell you about.

The local cuisine really surprised me. Light meals and snacks are "arepa" flatbreads, the variations of which are not counted here - they are stuffed with cheese, beans, meat, eggs, vegetables, seafood. Arepas are part of complex dishes or act as bread. Numerous freshwater reservoirs and long sea and ocean coasts provide Venezuela with an abundance of fish and seafood. Frequent guests on the menu are trout, dorado, sea bass, nurse shark and even piranha. Oysters in wine sauce, shrimp in avocado or with pepper, rice with clams are very tasty. Right on the shore of our hotel there was a restaurant in which seafood was cooked very tasty, for a very low price. Also, a local resident walked along the coast every day, who sold oysters, 18 pieces - \$ 5. Local cuisine - for an amateur. But if you want to experience its real taste, try pabellon - a stew of meat, black beans, rice and plantain; parilla - grilled marinated meat; soups hervido (from meat or fish and vegetables) and chipi-chipi (from shellfish). The fruits here are excellent, be sure to get: guava, pineapple, mango and papaya. They also make excellent juice - Ugos.

The capital of a beautiful country is the city of Caracas - the most dangerous city in the world. It has a high level of crime, it is better not to appear on the streets of the city in the evening, even the central ones. It is calmer in the provinces, but walking around at night is also not recommended. The country has created a Tourist Police Brigade, designed to protect guests of Venezuela from criminal elements. Members of the unit are easily recognizable by their red berets. In case of danger or need, they will accompany the tourist to the hotel. Leaving the hotel for a walk, leave all valuables in the hotel to avoid unpleasant situations. Venezuelans are kind and hospitable people. But do not forget that they live with a salary of \$5 a month. Many of them earn money by criminal means. If passing by, you notice a large luxurious house, you should know that this is a real mafia. I think you can easily distinguish the house of the mafia from the house of a

simple resident. Most of the country's inhabitants live in very scary old houses or in barrios (this is the most dangerous place in the city. The police completely bypass the streets leading up the barrios - the probability of getting a bullet from around the corner is too high.)

With my family, I visited the barrios, but not simple. In Caracas there is a barrio where the inhabitants began to earn money in an honest way, with the help of tourists. At the moment, this place is considered one of the safest in the city, as it used to be considered the most dangerous in the world. Looking at the old houses that are decorated with graffiti, I noticed pronounced bullet marks. It is very scary, to the point of goosebumps.

Venezuela combines all shades of colors, from dirty black to bright and light blue. But believe me, all 15 hours of a painful flight are worth it.



### ***Венесуэла - страна, в которой можно спрятаться от холода***

Венесуэла – это удивительная и загадочная страна, которую омывает Атлантический океан и прекрасное Карибское море. Кристально прозрачные воды, чистые белоснежные пески, неповторимые ландшафты делают эту страну одним из наиболее подходящих мест для отдыха. Один из популярных пляжных курортов страны – остров Маргарита, который мне удалось посетить. Его по праву можно назвать жемчужиной пляжей Венесуэлы. Райское местечко располагается в северной части страны, в Карибском море. На острове всегда царит атмосфера расслабленности: чистые пляжи, прекрасные закаты. Страна в десяти тысячах километров от Москвы привлекает туристов своим местным колоритом, о котором я сейчас вам расскажу.

Здесьняя кухня меня очень удивила. Лёгкие блюда и закуски – это лепёшки «арепа», вариаций использования которых здесь не счесть – их начиняют сыром, бобами, мясом, яйцами, овощами, морепродуктами. Арепа входят в состав сложных блюд или выступают в роли хлеба. Многочисленные пресноводные водоёмы и протяжённые морское и океанское побережья обеспечивают Венесуэлу рыбным изобилием и морепродуктами. Частые гости в меню – форель, дорадо, морской окунь, акуляньянка и даже пирания. Очень вкусны устрицы в винном соусе, креветки в авокадо или с перцем, рис с моллюсками. Прямо на берегу нашего отеля был ресторан, в котором очень вкусно готовили морепродукты за очень низкую цену. Так же вдоль берега ежедневно ходил местный житель, который продавал устрицы, 18 штук - 5\$. Местная кухня - на любителя. Но если вы хотите прочувствовать ее настоящий вкус, попробуйте пабельон – рагу из мяса, чёрных бобов, риса и подорожника; парилью – жареное на углях маринованное мясо; супы хервидо (из мяса или рыбы и овощей) и чипи-чипи (из моллюсков). Фрукты здесь превосходные, обязательно приобретите: гуаву, ананас, манго и папайю. Из них же готовят великолепный сок – угос.

Столицей прекрасной страны является город Каракас - самый опасный город в мире. В нем высокий уровень преступности, лучше не появляться вечером на улицах города, даже центральных. В провинциях спокойнее, но по ночам разгуливать тоже не рекомендуется. В стране создана Туристская бригада полиции, призванная ограждать гостей Венесуэлы от криминальных элементов. Сотрудников подразделения легко узнать по красным беретам. В случае опасности или необходимости они сопровождают туриста в отель. Покидая отель, для прогулки, оставьте все ценности в отеле, чтобы







избежать неприятных ситуаций. Венесуэльцы - народ добрый и гостеприимный. Но не забывайте, что они живут с зарплатой в 5\$ в месяц. Многие из них зарабатывают деньги криминальным путём. Если проезжая, вы заметили большой роскошный дом, знайте, это самая настоящая мафия. Думаю отличить дом мафии от дома простого жителя, вы легко сможете. Большая часть жителей страны живет в очень страшных старых домах или в барриосах( это самое опасное место в городе. Ведущие наверх улочки барриоса полиция и вовсе обходит стороной – слишком велика вероятность получить пулю из-за угла.)

Со своей семьей я побывала в барриосе, но не простом. В Каракасе есть барриос в котором жители начали зарабатывать деньги честным путем, с помощью туристов. На данный момент это место считается одним из безопасных в городе, как раньше считался самым опасным в мире. Разглядывая старые дома, которые украшают граффити, я заметила ярко выраженные следы от пуль. Это очень пугает, до мурашек по коже.

Венесуэла сочетает в себе все оттенки красок, от черного, до светло-синего. Но поверьте, все 15 часов мучительного перелёта того стоят.

*Кира Балаева*



# FIGURE SKATING

Ice skating is a sport of complex coordination. The basic idea is to move an athlete or a pair of athletes on skates on the ice with changes in the direction of gliding and performing additional elements (rotations, jumps, combinations of steps, supports, etc.) to music.

In 1908 and 1920 competitions in figure skating took place in the summer Olympic Games; figure skating was the first of the winter sports included in the Olympic program. Since 1924 figure skating has always been part of the Winter Olympics program.

## History of the disciplines.

The first figure skating competitions were held only among men's singles, and women skaters were not allowed to participate in the world championships until 10 years later. However, in 1901, under public pressure, the ISU allowed a British woman, Madge Sayers, to participate in the men's events as an exception.

Officially, the first women's singles world championship was held at the end of January 1906 in Davos, Switzerland. The obligatory figures for women and men were similar, but women's free skating immediately drew attention with its high artistry, plasticity and musicality of movements.

It could be said that pairs figure skating appeared right after the sport was popularized. But officially, the first competitions were held only in 1908 in Saint-Petersburg. German figure skaters Anna Hubler and Heinrich Burger went down in history as the first Olympic champions in pairs skating.

## Types of figure skating

### Men's and women's singles skating

There are two stages of single figure skating: the first stage is a short program and the second stage is a free program.

### Pairs skating

In pair skating as well as in singles the competitions are held in two stages - short and free skating.

### Sports Dancing

The modern official competition program includes two dances: rhythm dance and free dance.

### Synchronized Skating

Synchronized skating competitions consist of a short program and a free program.

### Olympic champion Kamila Valieva

Kamila Valieva is a Russian figure skater, performing in singles. Olympic champion in team event (2022), European champion (2022). World junior champion (2020), winner of the Junior Grand Prix finals of the 2019/2020 season. Winner of the Skate Canada 2021 and Rostelecom Cup 2021 Grand Prix, winner of the Finlandia Trophy 2021 Challenger Series tournament, Russian champion (2022), silver medal winner at the Russian Championship (2021).

Master of Sport of Russia (2021). Merited Master of Sport of Russia (2022). Commander of the Order of Friendship (2022).

Valiyeva is the first single skater in the history of figure skating to score more than 90 points in the short program, more than 185 points in the free program and more than 272 for total points in competitions under the auspices of the International Skating Union. At the junior competition, she surpassed the point record in the free routine and total once. In the senior competition, she surpassed the point record in the short program twice, and in the free program and overall total three times. Holder of the current world records in the short and free routines and overall points.

The second skater in history (after Alexandra Trusova) to perform a quadruple loop at competitions under the aegis of the International Skating Union. The second woman in history (after Sofia Akatieva) and the first among adults to land a triple axel and three quadruple jumps in one program.



## Фигурное катание.

Конькобежный вид спорта, относится к сложно координационным видам спорта. Основная идея заключается в передвижении спортсмена или пары спортсменов на коньках по льду с переменами направления скольжения и выполнении дополнительных элементов (вращений, прыжков, комбинаций шагов, поддержек и др.) под музыку.

В 1908 и 1920 годах соревнования по фигурному катанию прошли на летних Олимпийских играх; фигурное катание было первым из зимних видов спорта, попавших в олимпийскую программу. С 1924 года фигурное катание неизменно входит в программу зимних Олимпийских игр.

### История дисциплин

Первые соревнования по фигурному катанию проходили только среди мужчин-одиночников, женщины-фигуристки получили возможность участвовать в чемпионатах мира лишь через 10 лет. Правда, в 1901 году, под давлением общественности, ИСУ в виде исключения позволил участвовать в мужских соревнованиях женщине — англичанке Медж Сайерс.

Официально первый чемпионат мира среди женщин-одиночниц прошёл в конце января 1906 года в Давосе (Швейцария). Обязательные фигуры у женщин и у мужчин были аналогичными, но произвольное катание женщин сразу же обратило на себя внимание высокой художественностью, пластикой и музыкальностью движений.

Можно сказать, что парное фигурное катание появилось сразу после популяризации этого вида спорта. Но официально первые соревнования прошли только в 1908 году в Санкт-Петербурге. Немецкие фигуристы Анна Хюблер и Генрих Бургер вошли в историю как первые олимпийские чемпионы в парном катании.

### Виды фигурного катания

#### Мужское и женское одиночные катания

Соревнования в одиночном катании проходят в 2 этапа: первый этап — короткая программа, второй этап — произвольная программа.



#### Парное катание

В парном катании так же, как и в одиночном, соревнования проходят в два этапа — короткой и произвольной программах.

#### Спортивные танцы

Современная программа официальных соревнований включает 2 танца: ритм-танец и произвольный.

#### Синхронное катание

Соревнования по синхронному катанию состоят из короткой и произвольной программы.

#### Олимпийская чемпионка Камила Валиева 2022 г.

Ками́ла Валéрьевна Вали́ева — российская фигуристка, выступающая в одиночном катании. Олимпийская чемпионка в командном соревновании (2022), чемпионка Европы (2022). Чемпионка мира среди юниоров (2020), победительница финала юниорского Гран-при сезона 2019/2020. Победительница этапов Гран-при — Skate Canada 2021 и Rostelecom Cup 2021, победительница турнира серии «челленджер» Finlandia Trophy 2021, чемпионка России (2022), серебряный призёр чемпионата России (2021).

Мастер спорта России (2021). Заслуженный мастер спорта России (2022). Кавалер ордена Дружбы (2022).

Валиева — первая одиночница в истории фигурного катания, которая набрала больше 90 баллов в короткой программе, больше 185 баллов в произвольной программе и больше 272 за общую сумму баллов на соревнованиях под эгидой Международного союза конькобежцев. На юниорских соревнованиях она превзошла рекорды баллов в произвольной программе и по общей сумме — 1 раз. На соревнованиях среди взрослых она превзошла рекорды баллов в короткой программе — 2 раза, в произвольной программе и по общей сумме — 3 раза. Обладательница текущих мировых рекордов в короткой и произвольной программах и по общей сумме баллов.

Вторая фигуристка в истории (после Александры Трусовой), исполнившая четверной тулуп на соревнованиях под эгидой Международного союза конькобежцев. Вторая женщина в истории (после Софьи Акатьевой) и первая среди взрослых, приземлившая в одной программе тройной аксель и три четверных прыжка.

**Текст: Виктория Калигина**

**Перевод на английский: Алиса Амирасланова**

# HOW TO CELEBRATE THE NEW YEAR 2023

ТЕКСТ: ЕКАТЕРИНА ТИТОВА  
ПЕРЕВОД: ЕКАТЕРИНА СЫТОВА

Christmas holidays are getting closer and closer. And now his Majesty Mr. Tiger is giving way to the approaching year of the Rabbit. And if you don't want to catch luck by the tail of the constantly jumping Rabbit all year round, then you should think in advance in what and in what color to meet 2023. Pick up festive clothes of the appropriate range in advance in order to be ready to welcome a dear guest on New Year's Eve.

Let's look at the main colors.

Blue is the main color, because it is the year of the Water Rabbit. Therefore, it is blue that will be fully associated with the water surface. A slight sheen on the fabric resembles water reflections. Turquoise, emerald, light blue - a color palette that perfectly matches the elements of water. It is these colors that are the best option for meeting the New Year 2023.

Do not confuse elegant black with mourning. If you want to opt for this particular color, then it is better to dilute your holiday outfit with accessories, and choose the fabric itself with a slight shimmer. Black is able to emphasize your original taste.

Pink color will help add tenderness, bring harmony with yourself and others.

Purple color in 2023 symbolizes homeliness, peace and stability.

Also, do not forget that the Rabbit is an animal that loves carrots and of course jumping on a green lawn, so those who want to add brighter colors can choose carrot, green or orange shades in clothes or accessories.

In what color to meet 2023 is already clear, now you should pay attention to trends.

Brilliant outfits with a predominance of the effect of flowing water. This New Year's style looks original against the backdrop of flickering garlands. Gold or silver threads are a chic addition to black fabrics. Gold and silver pair perfectly with shades of emerald and sky blue.





## Как встречать новый 2023 год

Новогодние праздники становятся все ближе и ближе. И вот уже его Величество господин Тигр уступает свое место приближающемуся году Кролика. И если вы не хотите весь год ловить удачу за хвост постоянно скачущего Кролика, то стоит заранее подумать в чем и в каком цвете встречать 2023 год. Заранее подобрать праздничную одежду соответствующей гаммы, чтобы быть готовыми к встрече дорого гостя в новогоднюю ночь.

Давайте разберём главные цвета.

Синий основной цвет, так как год Водяного Кролика. Поэтому именно синий будет полностью ассоциироваться с водной гладью. А легкий блеск на ткани напоминать водные блики. Бирюза, изумруд, светло-голубой — цветовая палитра, идеально соответствующая стихии воды. Именно эти цвета являются оптимальным вариантом для встречи Нового 2023 года.

Не стоит путать элегантный черный цвет с траурным. Если вы хотите остановить свой выбор именно на этом цвете, то свой праздничный наряд лучше разбавить аксессуарами, а саму ткань выбирать с легким мерцанием. Черный способен подчеркнуть ваш оригинальный вкус.

Розовый цвет поможет добавить нежности, принесет гармонию с собой и окружающими.

Фиолетовый цвет в 2023 году символизирует домашний уют, умиротворение и стабильность.

Также не стоит забывать, что Кролик — это животное, которое любит морковку и конечно поскакать на зеленой лужайке, поэтому кто хочет добавить более яркие цвета, могут выбрать для себя морковный, зеленый или оранжевые оттенки в одежде или аксессуарах.

В каком цвете встречать 2023 год уже понятно, теперь стоит обратить внимание на тренды.

Блестящие наряды с преобладанием эффекта струящейся воды. Такой новогодний стиль выглядит оригинально на фоне мерцающих гирлянд. Золотые или серебряные нити — шикарное дополнение к черным тканям. Золото и серебро идеально сочетаются с оттенками изумрудного и небесно-голубого цвета.



Ombre is a combination of sophistication and luxury that allows you to create an irresistible look on New Year's Eve. Fashion designers in the trends of New Year's outfits combined 2 colors: steel and turquoise, black and emerald, blue and gold. There are many options for such interesting ideas.

Омбре – сочетание изысканности и роскоши, позволяющее создать неотразимый образ в новогоднюю ночь. Модельеры в трендах новогодних нарядов объединили 2 цвета: стальной и бирюзовый, черный и изумруд, синий и золото. Вариантов таких интересных идей множество.



Openwork lace gives the festive look exquisite romance and femininity. In the trend of 2023 there will be black dresses with lace, solid color styles with dark lace, models that combine several harmonious shades of matter.

Ажурное кружево придает праздничному образу изысканную романтичность и женственность. В тренде 2023 года будут черные платья с кружевом, фасоны однотонного цвета с темным кружевом, модели, в которых сочетается несколько гармоничных оттенков материи.



Secondary school named  
after general Zakharkin IG  
Kremenki, Zhukovsky district