

## Куриный суп «еврейский пенициллин»

Лечебные свойства куриного супчика известны по всему миру. А во время пандемии такого блюда – самый деликатес! И мы делимся с вами рецептом одной уважаемой матери семейства – Фирь Бельвич



### РЕЦЕПТ ОТ ФИРЬ

Для куриного супа надо сварить настоящий куриный бульон – из настоящей курицы. Все эти бульоны из бройлеров и прочих цаплят ни о чем. Если вы найдете настоящую курицу – не суку да еще такую, что гуляла на полях и в гугле, вы поймете о чем я. Курица для супа я нашла. Не крестянискую, но тоже неплохую. К ней корни: лук, сельдерей, имбирь, морковь, картофель. Сливки, вода и... тепленький!

Для бульона вам потребуется: курица – 1 шт. и корни – репчатый лук, сельдерей, морковь, соль, перец горошком.

Для супа будут нужны: бульон, коренья – имбирь (свежий), морковь – 1 шт., картофель – репчатый лук – 1 шт. соли и перца – по вкусу.

### Рецепт приготовления супа:

**Варим бульон.**  
Курицу хорошо промыть, чтобы убрать мелкие волоски и пушинки. И срезать лишний жир. Затем куряку водой и поставим вариться на большом огне, периодически пероворачивая куряку с боку на бок. Вот вода закипела, выливаем первый бульон и хорошо обмываем курицу холодной водой, и моем картофель. Подготавливаем коренья: для бульона, кладем курицу в кастрюлю опять и заливаем холодной водой, чтоб покрывало. Как только вода закипела, кладем коренья и уменьшаем огонь до минимума. Бульон должен томиться часа 2-3, тогда он будет прозрачным и ароматным. Часа через полтора можно слегка посолить и положить перец

душистый горошек 5-6. Через 2-2,5 часа, если курица уже мягкая и протыкается ножом, вынуть ее из бульона. Овощи из бульона вытасываем.

### Готовим суп

Чистим овощи для супа. Кладем картофель в бульон и доводим до кипения. Тем временем режем морковь, лук, имбирь. Кладем в бульон и варим минут 10-15. Сервируем стол и готовим наполнение к куриному супу: рис, как варочная куряку с боку на бок. Вот вода закипела, выливаем первый бульон и хорошо обмываем курицу холодной водой, и моем картофель. Подготавливаем коренья: для бульона, кладем курицу в кастрюлю опять и заливаем холодной водой, чтоб покрывало. Как только вода закипела, кладем коренья и уменьшаем огонь до минимума. Бульон должен томиться часа 2-3, тогда он будет прозрачным и ароматным. Часа через полтора можно слегка посолить и положить перец

## ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ

Готовим суп. Чистим овощи для супа. Кладем картофель в бульон и доводим до кипения. Тем временем режем морковь, лук, имбирь. Кладем в бульон и варим минут 10-15. Сервируем стол и готовим наполнение к куриному супу: рис, как варочная куряку с боку на бок. Вот вода закипела, выливаем первый бульон и хорошо обмываем курицу холодной водой, и моем картофель. Подготавливаем коренья: для бульона, кладем курицу в кастрюлю опять и заливаем холодной водой, чтоб покрывало. Как только вода закипела, кладем коренья и уменьшаем огонь до минимума. Бульон должен томиться часа 2-3, тогда он будет прозрачным и ароматным. Часа через полтора можно слегка посолить и положить перец

## 47 лет назад сын еврейских эмигрантов из Украины стал «отцом» мобильного телефона

3 апреля 1973 инженер компании «Молонд» Маргин Купер, сын еврейских эмигрантов из Украины, совершил первый в истории звонок по сотовому телефону.

Стоя напротив гостиницы «Хилтон» на Шестой авеню в Нью-Йорке, Купер позвонил главе исследовательского отдела компании Bell Laboratories Джозелу Зингелю, находившийся на пресс-конференции в здании гостиницы.

Этот телефонный звонок совершил революцию в сфере мобильных коммуникаций, закрепив за Купером звание отца мобильного телефона. Годы спустя Рихард Френкель, глава отдела системных разработок Bell Laboratories, сказал о Дуна-Тас:



«Это был настоящий триумф. На тот момент мы использовали в машинах 14-килограммовые телефоны. Их дороговизна вместила все необходимое в 1 кг была большим прорывом».

Маргин Купер звонил с первого в мире мобильного телефона модели ДунаТАС, весом в 1,15 кг, размерами 22,5x12,3x3,75 см. В нем было 2,5 тысячи деталей. Заряд аккумулятора этого «киричана» хватало на 20 минут разговора. На разработку первой модели сотового телефона компания затратила 15 лет и 80 миллионов долларов.

## В Германии запустят первый мини-сериал на идше от Netflix

На платформе Netflix появился мини-сериал «Неортодоксальня» (Unorthodox). Киновелат рассказывает о жизни еврейки в годы после Второй мировой войны, когда она решила оставить ультраортодоксальные традиции сальмских хасидов. Сюжет построен на реальной истории и основан на мемуарах американки

не-немецкой писательницы Деборы Фельдман. По согласованию с автором идеи сценаристы изменили некоторые факты. Так, главная героиня переживает не из Берлина в Нью-Йорк, а наоборот. Задумка состояла в том, чтобы показать современников Берлин, где когда-то зародился Холокост, глазами еврейки.



Кадры из сериала «Неортодоксальня»

«Социальная помощь лицам, пострадавшим от нацизма, оказывается посредством гранта Конференции по еврейским материальным искам к Германии»

© Газета «ЭИНИКАЙТ». Издатель: Еврейский Хесед «Вней Азриэль» 03087, г. Киев, ул. Питерская 4 а  
Свидетельство о регистрации: 2016-04-04/ПР от 08 июля 2018 г.  
При перепечатке материалов – ссылка на «ЭИНИКАЙТ» обязательна. Газета не является прибыльной и распространяется бесплатно. Газета выходит при содействии «ЛЮДИНА»  
Главный редактор Михаил ФРЕНКЕЛЬ.  
Имя и фамилия редактора: Френкель Михаил, ул. Север-Сосисовская 3  
012345678910111213141516 Тираж 3000

## УЛЫБНИСЬ!

Через год после свадьбы к шадрену приходит бывший жених, а ныне муж.  
— Слушайте, я так счастлив, что именно вы выбрали мне жену!  
— Почему?  
— Видите ли, я бы умер от одной только мысли, что я ее сам выбрал. \*\*\*

Один еврей другому:  
— И за что ты мне несчастлив? Мойся воил людей по пустыне сорок лет. Сорок! И что? Нашел единственное место на Аравийском полуострове, где нет людей!  
\*\*\*

Разговаривают два еврея:  
— Я слышал ты женился?  
— Да.  
— Удано?  
— Да нет, окей во двор.  
\*\*\*

Старый еврей говорит своей жене:  
— Сара, знаешь если кто-нибудь из нас умрет, то я, скорее всего, уеду в Израиль...  
\*\*\*

Встречаются два еврея:  
— Хайм, ты уже женился? Или все еще обиды сам готовишь?  
— И то, и другое. \*\*\*

Еврейский мальчик первый раз побывал в цирке, пришел домой и с восхищением рассказывает маме:  
— Мама, все так здорово было! И акробаты, и фокусник, и дрессировщик с тиграми, и клоуны смешные. А во втором отделении гошник на мотоцикле по стенкам скакал! Я, когда вырвался, тоже научусь ехать на мотоцикле и буду показывать такой аттракцион!  
Мудрая мама отвечает:  
— Боренка, еврей на мотоцикле – это тоже аттракцион, зачем тебе его смотреть ехать? \*\*\*

— Абрам, ты не хотел бы выпить вина? Ответил быстро: «да или нет!»  
— Сара, а почему ты прячешь бутылку? Ведь я еще не ответил!  
\*\*\*

Жена – мужу:  
— Моля! Ты зачем нарисовал на холодильнике букву «Ж»?  
— Сара, что это «Ж», это – снежинка.  
— А почему гостей ты об этом предупредишь?  
\*\*\*

## Сильвестр Сталлоне снимет фильм про братьев Кличко



Знаменитый актер, режиссер и продюсер Сильвестр Сталлоне снимет фильм, который будет посвящен карьере украинских боксеров Виталия и Владимира Кличко. Фильм будет называться «Братья – легенды» Сталлоне же выступит в роли сценариста и режиссера.

Начало съемок запланировано на осень этого года, а выпуск фильма намечен на апрель следующего.

Отметим, что Сталлоне давно находится в дружеских отношениях с легендарным украинским боксером. Братья были спонсорскими мисалами «Рокки», который был посвящен истории первого фильма легендарной саги о Рокки Бальбоа.

Напомним, что в 2011 году в прокат выходил документальный фильм немецкого режиссера Собстана Дехолдта «Кличко». Сцену можно было увидеть в кинотеатрах Германии, Австрии, Швейцарии, Эстонии и Украины.

# ПЕСАХ – ИЗ РАБСТВА НА СВОБОДУ



Песах, или Пасха, – самый древний из еврейских праздников, он связан с одним из важнейших событий в еврейской истории – с Исходом из египетского рабства около 3300 лет назад, в 2448 году по еврейскому календарю.

Праздник Песах отмечает себя событиями, свидетелем которых евреи стали не родом, Израильские пришли в Египет как одна семья – род Иакова, состоявший из семидесяти человек, а вышли как народ, насчитывавший шестую тысячу. Понечу род Иакова был радужно принят в земле Гошен (одной из провинций Египта), но когда еврейская «слишком много», к ним были применены особые меры. На восточной стороне была возложена трудная повинность, на евреев – особенно тяжкая. Даво евреев домысливались, повороченных перенали убивали (по легенде – фараону предсказали неисчислимы беды по вине еврейского перенали).

Моше (Моисей) и Гител самсам переналием, которому было суждено выжить и спасти свой народ. Эту историю знают все. Удивительное стечение обстоятельств спасло мальчика от неминуемой гибели от рук египтян и привело к тому, что воспитавшись он во дворе фараона, но всегда ощущая себя частью своего народа, за убийство египтянина, избивавшего еврея, он был приговорен к смерти, бежал, много лет жила в странах Африки и Среднего Востока. Однажды, переживая стадо овец через Синайский полуостров, увидел горючий, но не сгорающий куст («неполимая кулина»). Из огня раздался голос: Всевышнего, повелевавшего Моше отпраздновать в Египет и вывести евреев из рабства.

Название «Песах» одни исследователи трактуют «переход» – исход из земли Египетской, другие связывают с историей праздника, фараон не хотел отпустить евреев и Б-г наслал на Египет десять «казней»: превращение нильской воды в кровь, поражение несметного множества жаб, неодолимый полчищ швей, диких зверей, падеж скота, язва, гибель урочах от града и саранчи, сплошной трехдневный мрак и, наконец, гибель первенцев. Б-г умерил порывы египтян, но пропуская («пасах») на ив-

## ПРАЗДНИК

дверей своих домов кровью этих баранов. А в ночь, когда в каждой семье египтян погибли первенцы, смерть обошла стороной все еврейские дома, помянутые таким образом.

Существует легенда, что перед Исходом евреи не успели заказать тесто, поэтому напекли пресных лепешек. Праздник обретенной свободы и достоинства. Евреи должны были выбрать из скота, к которому они были приставлены в качестве пастухов (и который не полюбил, как скот египтян), молодых агнцев, зарезать их, заварить и съесть «с горькими травами и опроскоками». Барашков, которые для египтян были священными животными, требовалось не просто съесть, но сделать это открыто, на глазах у египтян, а за несколько дней до этого необходимо было при свете дня пометить косяки

двери дома израильтян. Еще «Песах» толкуется как «уста говорящие», и это, конечно, соответствует тому, что главная заповедь Праздника Песах – говорить, рассказывать об истории Исхода.

Песах – праздник весны – символизирует пробуждение природы, обильствие мира и освобождение человека. Это праздник обретенной свободы и достоинства. Евреи должны были выбрать из скота, к которому они были приставлены в качестве пастухов (и который не полюбил, как скот египтян), молодых агнцев, зарезать их, заварить и съесть «с горькими травами и опроскоками». Барашков, которые для египтян были священными животными, требовалось не просто съесть, но сделать это открыто, на глазах у египтян, а за несколько дней до этого необходимо было при свете дня пометить косяки

мы действительно отведено свое место и свое время. «В каждом поколении должен еврей смотреть на себя так, как будто он сам, лично вышел из Египта». Праздничная трапеза в миллионах еврейских семьях во всех странах мира на протяжении веков, с соблюдением одних и тех же обычаев – это уникальное явление, помогающее понять, как удалось евреям остаться единым народом в условиях многовекового рассеяния. Подробные инструкции по проведению седера можно посмотреть, например, по адресу: <http://bible.in.ua/Doc/seder.htm>

День, следующий за пасхальным седером, – это первый день праздника. В диспоре – за пределами Страны Израиль праздник проводится также и второй день после седера. Для религиозных людей – это дни молитвы и отдыха, когда запрещена всякая работа. Далее следуют четыре дня, так называемых полупраздников – холь а моэд. И завершает пасхальную неделю еще один праздничный день, (В диспоре – два, то есть прибавляется еще один день).

В нынешнем году Всевышний послал нам испытания – в стране карантин, опасность заболеть загнала нас в дома, закрыты сингаги, нет общественных седеров. Дай Б-г, чтобы исход из этой ситуации был таким же радостным и светлым, как Исход наших предков из рабства, в память о котором мы празднуем Песах.

Хорошего праздника Вам! Ха! Песах самей!

## ПАМ'ЯТАЄМО! НЕ ЗАБУДЕМО!

## НИКОЛИ ЗНОВУ...



День Катастрофы і героїзму європейського єврейства – національний день пам'яті, який відзначається в Ізраїлі як день ушанування близько шести мільйонів євреїв, знищених під час Голокосту в результаті дій Грейгоа Рейху та його союзників, а також ушанування Єврейського року споку тих часів. Йом га-Шоа відзначають 27 нисана (квітень/травень). У цьому році цей день припадає на 21 квітня.

Йом га-Шоа запровадили 1953 року законом, який підписали Прем'єр-міністр Давид Бен-Гуріон та Президент Іцхак Бен-Цві.

Первинна пропозиція полягала у відзначенні дня пам'яті 14 нисана, на ринку поставили у Варшавському гетто (19 квітня 1943 року), але це вимикалося тому дату пересунули на 27 нисана. Через кілька днів після Йом га-Шоа Ізраїль відзначив День незалежності (Йом га-Амцут).

Багато євреїв відзначають день пам'яті на Йом га-Шоа, але день ортодоксальні спільноти – відзначають



хасиди – поминають жертв Голокосту у ніші д'ялоб, так як йом га-Шоа та Десеті повелі, оскільки традиційно єврейський місяць нисан вважається місяцем радості, а він пов'язаний з святом Песах.

Більшість єврейських спільнот у всьому світі проєддять урочисті заходи цього дня, але нема одного ритуалу, якого дотримувалися всі євреї. Сплітими і запалювання меморіальні свічки та читання поминальної молитви Кадіш.

21 квітня 2020 року був день скорботи та жалю. Тож зробило все, щоб ніколи знову не відбулося жадиття... Ніколи знову.

## С ДНЕМ ПОБЕДИ!

## Дорогие друзья!



В нынешнем году мы встретим 75-летие победы миллионов людей над фашизмом – лютый бедой, принесшей горе в каждый дом. В этот великий день памяти – День Победы – мы поздравляем всех и особенно ветеранов – главных виновников торжества.

Пусть громче салюта на весь мир летят слова военной благодарности миллионам людей – тем, кто сохранил это чудное, глубокое небо, зеленые поля и сверкающие реки для нас!

Пусть подвиги, отвага, мужество вдохновляют людей, а праздник оставляет слезы счастья и трогательную радость в сердцах, объединяя души.

Пусть каждый день дарит только счастье, радость, здоровье, доброту и благополучие! Мирного всем небом над головами!  
С Днем Победы!

# Краткое содержание недельных глав Торы

(май 2020 года)



Шабат 2 мая (8 ияра)

## Недельные главы «Ахарей-Кедоним» (читаются две главы подряд)

**АХАРЕЙ**  
После смерти Навава и Аму Б-г дает предостережение о том, чтобы не входить в Святилище без разрешения. Пишут о нем чинувек — Коэн-Гадол — первосвященник мог — лишь раз в году, в Йом-Кипур — входить в Святая Святых, чтобы принести священные воскурения.  
Другой церемонией Дня Искупления было бросание жребия, чтобы определить какой из двух одинаковых козлов должен быть принесен в жертву Б-гу, а какой должен быть отпущен в пустыню.  
Глава «Ахарей» также содержит запрет совершать жертвоприношения гедо-иби, кроме как в Храме, запрет употребить в пищу кровь и восприятие кровосмешения и других извращенных половых связей.

**КДОШИМ**  
Глава «Кдошим» начинается словами: «Святы будьте, ибо Святы Я — Б-г Вс-сильный ваш». За эти слова следуют десятки заповедей, исполнению которых еврей может освятить себя и связать себя с Б-жественной Святостью.  
Эти заповеди в себя включают: запрет идолопоклонства, заповедь о благоговении перед Богом, принцип равенства всех людей перед Богом, запрет грехоубийств, соблюдение Субботы, честность в деловых отношениях, боязнь и почитание родителей, святость человеческой жизни.

## Йом а-Шоа: впервые в Израиле и мире День Катастрофы и героизма отметили онлайн

С вечера 20 апреля до вечера 21 апреля в Израиле и мире проходил день Йом а-Шоа — День Катастрофы и героизма.  
С началом 27 Нисана в Израиле начались официальные трансляции в память о жертвах Катастрофы и героизма. Официальная часть проходила в Яд ва-Шем и в запись транслировалась на большую аудиторию. Мероприятия в память о евреев прошли при малом количестве людей и показывались онлайн в связи с эпидемией.  
Главная тема Йом а-Шоа в этом году — «Евреи спасают евреев: солидарность в разрушающемся мире».  
Этот день является траурным, поэтому в еврейском государстве присутствуют флаги, в телевидение транслируются фильмы и программы о трагедии, на Церемонии в память о погибших еврейских захлещ шест факелов, а также показали выступления Рувина Ривлина и Биньямина Нетанягу.  
Кроме этого, в Яд ва-Шем организовали кампанию, призванную вовлечь как можно больше людей в почтение памяти погибших. Там предложили каждому желающему прочитать имена погибших на камеру и выложить в сеть.  
Также онлайн состоялся и традиционный Марш живых. Это произошло впервые за 32 года.  
21 апреля продолжились мероприятия Дня Катастрофы и героизма евреев Европы и Северной Африки. Как и накануне, большинство из них транслировались в запись или проходили без публики.  
В 10.00 по всей стране прозвучала двухминутная траурная сирена. Общественные организации призвали граждан выйти на балконы и сделать сирены в знак солидарности с пострадавшими. Холостые люди, многие из которых в этот день вынуждены оставаться в одиночестве дома.

В главе «Кдошим» также звучит предписание Любю своего ближнего, как себя, которую рабы Амира назвали «великим нравом Тора», и о котором Гильель сказал: «Это — все Тора, а остальное — объяснения».

Шабат 9 мая (15 ияра)

## Недельная глава «Эмор»

В начале главы «Эмор» излагаются законы, касающиеся кознов (священников), Коэн-Гадол (Первосвященника) и храмовой службы. Козн должен избегать ритуальной нечистоты от контакта с мертвым телом, за исключением случая кончины кого-то из ближайших родственников. Козн не может жениться на разведенной или на женщине с нечестным прошлым. Козн-Гадол может жениться только на девственнице. Козн с физическим изъяном не может служить в Храме. Увенчане женою не может быть принесено в жертву.

Поворозженный теленок, ягненок или козленок должен оставаться с матерью как минимум семь дней, прежде чем его можно принести в жертву. Запрещено приносить в жертву животное и его детеныша один и тот же день.  
Во второй части главы перечисляются Дни Священного Соборания — праздники еврейского календаря: осенний Шаббат, дни принесения пасхальной жертвы — 14-е Нисана; семидневный праздник Песах, начинающийся 15-го Нисана, приношение жертвы; Меромы ягненок нового урожая — на второй день Песаха и начинающийся с этого отсчет 49-ти дней, завершающийся на 50-й день праздника Шавуот, день «памяти трубления в шофар».

«То Тисрея, две поста 10-го Тисрея, семидневный праздник Суккот, начинающийся 15-го Тисрея, в течение которого предписывается жить в «шалашах» и каждый день брать вместе «сладкие плоды растений»; наступающий на 8-й день после начала Суккот праздник Шмини-Адзерет.

Шабат 16 мая (22 ияра)

## Недельные главы «Бсар-Бехукотай» (читаются две главы подряд)

**БЕАР**  
На горе Синай Б-г сообщает Моисею законы субботного года. Каждый седьмой год не было работа на земле: пахота, посев, сбор урожая и т.п. — должна быть прекращена, а ее урожаи предоставлены в пользование любому млекопитающему — как человеку, так и зверю.  
Вслед за семью субботней лет наступает пятидесятый — Юбилейный — год.

## Вечная мудрость

Когда работа на земле должна быть прекращена, рабы получают свободу, а проданные земельные владения в Святой Земле возвращаются к их владельцам.  
В главе «Бсар» также содержатся дополнительные законы, регулирующие долги, а также запреты мошенничества и ростовщичества.  
**БЕХУКОТАЙ**  
В начале главы «Бехукотай» Всевышний обещает, что если народ Израиля будет следовать Его законам, то они удостоятся матери-

ального благополучия и будут жить в покое на своей земле. Но затем звучат суровые слова упрека, предостережения и другие библейские истории, которые посетуют евреев, если они нарушат свой союз с Б-гом.  
Но и при всем этом, даже «когда они будут в земле врагов своих, Я не возмущусь ими до того, чтобы истребить их в наказание завета Моего с ними; ибо Я Г-сподь, Б-г их».

Шабат 23 мая (29 ияра)

## Недельная глава «Бамидбар»

В синайской пустыне Б-г повелевает произвести исчисление двенадцати Колен Израильских. В результате содействия Моше перенесли насчитывающие 603550 мужчин возраста воинской службы (от 20 до 60), Козно Левви исчисляется отдельно и насчитывает 22000 человек. Козны пола в возрасте от 1 месяца и старше, Левиты должны служить в Храме вместо переносцев, чья численность была примерно той же самой, которая должна была использоваться для священнослужения из-за поколения Золотому Тельцу. 273 первенца (составлявших разницу между числом переносцев и левитов) должны были вносить вклад в количестве пяти шекелей.

Когда во время странствий по пустыне евреи отправлялись в путь, левиты разбирали и несли Святилище и в следующей стоянке собирали его в центре лагеря. Затем они возводили собственные шатры вокруг него: семейство Кеата, чьи обязанности было переносить на плечах храмовую утварь (Котел, Менора и т.п.), располагались в кругу от Святилища; левиты семейства Гершона, первоначально занавесы и покрывала, располагались на западе; и семейство Мерари, отвечающие за перевозку барабанов и основный барабан, разбивали лагерь к северу от Храма. На востоке, напротив входа в Святилище находились шатры Моше, Аарона и сыновей Аарона.  
Вокруг шатра левитов располагались челядные группы шатров двенадцати колен. На востоке располагались Йеуда (47600 человек), Иссахар (54400) и Зевулон (57400); на юге — Рувен (46500), Шимон (59300) и Гади (45500); на западе — Збуим (40500), Менаше (32200) и Биньямин (35400); и к северу — Дан (62700), Ашер (41500) и Нафтали (53400). В таком же порядке шли Израилевы передвижения во время странствий. У каждого колена был свой знак (глава, князь) и особого цвета флаг с особой эмблемой.

Шабат 30 мая (7 сивана)

## Праздник Шавуот (недельная глава не читается)

премьер-министр Биньямин Нетанягу коснулся темы борьбы с антимеморией коронавируса. «В отличие от арамов Катастрофы, на сей раз мы впервые заметили опасность и предприняли правильные шаги: мы закрыли границы государства и поставили все властные структуры на борьбу с эпидемией. Мы скорбим о людях, пострадавших Катастрофой и умирающих от нас из-за эпидемии коронавируса. Мы переживаем огромное испытание, но оно не может сравниться, ничто не может сравниться с тотальным уничтожением, которое осуществилось в дни Катастрофы», — заявил премьер-министр.  
Президент Рувин Ривлин в своем выступлении сказал: «В январе этого года в Иерусалиме собрался лидеры разных стран, чтобы еще раз заявить о своем обязательстве передавать их поколения в поколение уроки Катастрофы. Мы вместе озвучили простую, но крайне важную истину: все мировые лидеры, все граждане мира должны помнить о борьбе с антисемитизмом, расизмом, фашизмом, для защиты демократии и демократических ценностей».



Даль Шахтат Катастрофы и Героизма еврейского народа

В последние недели прихожане моей общины да и многие другие, зная меня с одним и тем же вопросом: пасхальный седер в этом году им приходится проводить в резко уменьшенном составе, когда дети и родители вынуждены держаться подальше друг от друга, соблюдая карантин, итракцион такую важную роль в попытке затормозить распространение коронавируса. Многие оказались вынуждены проводить седер в полном одиночестве. «Как же проводить седер без семьи и гостей?» — спрашивали они. «Разве же это седер?»  
«Я много думаю об этом, и мне кажется, могу дать адекватный ответ на этот вопрос, подлившись содержанием невероятной беседы, которая состоялась у меня около восемнадцати месяцев тому назад.  
Мне довелось тогда побывать в Нью-Йорке, когда мой друг прислал мне сообщение, что его друзья обдумывают. Я отправил ему текст, что находится недалеко и в тот же вечер поехал к нему в Монси. На празднике я встретил хо-

привлекал ли он когда-нибудь их внимание к этому аспекту поведения Ребе — это никак не вменялось, никакого самозащиты, никакой работы на публику за ним не наблюдалось, что никакой помпы и церемониалов, которыми отличались некоторые хасидские дворы, в его поведении не было.  
— Ты, например, рассказывал своей аудитории, — спросил я его, — что в течение всех шестидесяти лет, что Ребе и Ребецки были женаты, они всегда ели все свои субботние трапезы вместе? Без гостей, без сил, без перекормки погубленной пары, которая вместе обедает — приносит бляды, едят, убирают стол, могут посуду, Чолова, который имел в своем распоряжении десятки тысяч людей? Какой расчёт? Джексон вспомнил, а затем улыбнулся.  
— У меня есть история полухи, — сказал он. — Не так давно я вел семинар для матери-одиночек. В конце я стал отвечать на вопросы и предложил им спросить обо всем, что их беспокоит. Одна из них подняла руку и вот что она спросила... Дикая история.

кой-то причине дети не приезжают, Я чуть в обморок не упала от душевной боли. И мне было стыдно кому-либо сказать. Если бы я знала заранее, и бы позвонила родителям, соседям, и бы пошла к ним на седер. Но теперь я не могла это сделать. Я же всем рассказывала, что у меня будут дети! Да по правде говоря, и их не хотела никто видеть. Я находилась в каком-то оцепенении. Из меня как будто все вышло. Как же седер? Я сидела на севере в полном одиночестве. Это был нахмуренный и наигораченный седер в моей жизни. Я проплакала весь седер. Рыдала, не переставая. Это был не Песах. Это был Тиша бе Ав. Мне не нужен был марор — горькие травы. И вся моя жизнь была марором. Я, конечно, прочла агуду и она была во весь мой седер занял двадцать три минуты. Рав Джексон, правильно ли я поступила? Выполнила ли я заповедь о седере? Можно ли это вообще называть седером? Потому что это не выглядело вообще, как Песах!»  
Ребе Джексоном сказал мне — и как человек, которому, приходится много выступать на

Талмуде: если ты проводишь седер в одиночестве, ему не нужен был никто, чтобы был рядом с Б-гом. Он не нуждался в преклонении, он не нуждался в признании, он сидел один и переживал Исход из Египта.  
Мне было тогда пятнадцать лет — сказал Джексон в заключение, — но несмотря на юность, мне было грустно за Ребе, что ему не кем проводить седер. Почему он никого не позвал? Почему он не позвал Ребецки? Песах, Каждый год Ребе и Ребецки проводили седер вместе, но в этот год он оставался один-одинешенек. С кем ему было проводить седер? Я помню, как молодой парень, Ари Альберштайн, который позднее, в 1994-м году, погиб от руки террориста на Бруклинском мосту, пошел к Ребе после вечерней молитвы в первую ночь Песаха и у имени своей матери пригласил его к себе домой на седер. Семья Ари жила в доме 706 на Гершона-наваре в одном квартале от 770. Ребе улыбнулся ему и поцеловал его в щеку. Он горно поблагодарил мальчика, но сказал, что проведет седер у себя в кабинете в 770».

# Пасхальный седер в одиночестве

## Рав Пини Даннер



людях, я прекрсно его понял — что зачастую самые лучшие и удивительные элементы рече получаются без подготовки. Они подарок от Всевышнего. Вот у Джексона тогда как раз и случился такой момент.  
«Мамы», — сказал он. — В 1989-м году жена Любавицкого Ребе вернула агуду Всевышнему, и он остался один, и, к сожалению, у них не было детей. Это произошло в феврале, а через два месяца подошло время проведения Песаха. Каждый год Ребе и Ребецки проводили седер вместе, но в этот год он оставался один-одинешенек. С кем ему было проводить седер? Я помню, как молодой парень, Ари Альберштайн, который позднее, в 1994-м году, погиб от руки террориста на Бруклинском мосту, пошел к Ребе после вечерней молитвы в первую ночь Песаха и у имени своей матери пригласил его к себе домой на седер. Семья Ари жила в доме 706 на Гершона-наваре в одном квартале от 770. Ребе улыбнулся ему и поцеловал его в щеку. Он горно поблагодарил мальчика, но сказал, что проведет седер у себя в кабинете в 770».

Я был тогда учеником Ишаны, — продолжал Джексоном, — и я сам был свидетелем этой истории. Лейб Громер, который работал секретарем Ребе уже много лет, предложил мне пойти на седер у Ребе, но тот отказался. Я в деской проходил седер с женой и детьми.  
И вот великий Любавицкий Ребе, который пошел к Ребе после вечерней молитвы, в посему миру справлял седер, кто лично следил за тем, чтобы его посланники в Стране Израйля обеспечили войнам Армии Обороны Израйля, которые стояли на дежурстве в первую ночь Песаха, достойный и полноценный седер. Это седер Ребе проводил седер в полном одиночестве, Никого с ним не было. Как говорится в

его приятии, равнини И. Джексоном, замечательного всемирно известного лектора. Я знал, что он вырвется на улицу Монтегоро в Краун-Хайтс, в сердце хайдакской общины, всего в нескольких кварталах от дома Любавицкого Ребе.  
Мы с ним разговаривали об одном аспекте жизни Ребе, который, как мне кажется, часто игнорировал: Любавицкий Ребе совершенно не видел в облаках, и со своей женой, Ребецки Хасей-Мушкой, все очень просто: жить, трудиться себе представлял, насколько удивительной была их совместная жизнь.  
Рав Джексоном часто рассказывал своим слушателям историю о Ребе, и я спросил его,

«Некоторые время назад, — сказала она — был Песах. А мы с моим бывшим прошли через очень нелегкий разрыв отношений. После того, как мы потеряли сына на войну в судав за права на откуп детей, мы, наконец, согласились на совместную опалу, а это означало, в частности, что на праздники они у нас будут по очереди. И я проходила Пасхальную трапезу — дети должны были быть у меня на седер, и я была вне себя от радости, Я надвинула весь дом, готовила еда, Мы будем вместе — я и дети!»  
Я так была счастлива! Всем рассказывала близким, друзьям, соседям, А за час до праздника мы были счастливы и сказал, что по ка-

«После этого исцеления, когда коронавирус распространялся по всему свету, и многие из нас карантинами оказались в изоляции, эта невероятная и трогательная история, которую рассказал рав Джексоном, не выходит у меня из головы. В этом году снова Песах — мы оба в еврейской истории, наверное, так много не было — будут справлять седер в одиночестве или вдали от семьи. Седер будет ощущаться неполноценным, тревога будет витать в воздухе. И многих из нас посетит мысль: а действительно ли это настоящий седер?»  
Я думаю, эта история о седере Ребе в 1989-м году ставит на этот вопрос и помогает развеять сомнения в том, насколько годен наш седер. В конце концов, «если давали бы нам седер, Ребе готовился проводить седер одному, мы же не проводим седер в одиночестве, и вы все седер безразличны и безразличны».

Заслужившими кинули две бутылки с горячим веществом в здание синагоги и быстро скрылись.  
Попытка поджога оказалась неудачной, так как специальное вещество не разгорелось. Правоохранители собрали осколки и составили горючего вещества возле синагоги и в отдаленных странах. После совершения акта вандализма преступник скрылся. Полицейские пытаются раскрыть личность того, кто совершил преступление. Знание синагоги принадлежит Херсонской еврейской религиозной общине «Абад», которая входит в состав Объединенной еврейской общины Украины.

Перевод Якова ХАНИНА

## Метро в Бабий Яр?



Директор Института Национальной памяти Антон Дробинин проводит переименования станции. Он считает, что можно оставить прежние, топографические названия. Тем более, что все, что выходит из вестибюля, сразу видит мемориал Бабьего Яра.  
«Действия преступников, которые бросили в здание синагоги по улице Траурной две бутылки с горючей жидкостью, квалифицированы как умышленное уничтожение или повреждение имущества (часть 2 статьи 323 УК Украины)». Также открыто уголовное производство по статье 15 УК Украины — похищение на преступление.  
«В полиции отметили, что за нарушение ч.2 ст.194 УК Украины предусматривается лишение свободы на срок от трех до пяти лет.  
«Кроме этого, представителям правоохранительных органов удалось выяснить, что преступника было двое. Сделать это удалось после просмотра видео с камер наблюдения».

## Вестник i internet

Херсонская полиция открыла уголовное производство по факту недавнего преступления — попытке поджога синагоги.  
«Действия преступников, которые бросили в здание синагоги по улице Траурной две бутылки с горючей жидкостью, квалифицированы как умышленное уничтожение или повреждение имущества (часть 2 статьи 323 УК Украины)». Также открыто уголовное производство по статье 15 УК Украины — похищение на преступление.  
«В полиции отметили, что за нарушение ч.2 ст.194 УК Украины предусматривается лишение свободы на срок от трех до пяти лет.  
«Кроме этого, представителям правоохранительных органов удалось выяснить, что преступника было двое. Сделать это удалось после просмотра видео с камер наблюдения».

## В Херсоне открыли уголовное производство по факту попытки поджога синагоги

Херсонская полиция открыла уголовное производство по факту недавнего преступления — попытке поджога синагоги.  
«Действия преступников, которые бросили в здание синагоги по улице Траурной две бутылки с горючей жидкостью, квалифицированы как умышленное уничтожение или повреждение имущества (часть 2 статьи 323 УК Украины)». Также открыто уголовное производство по статье 15 УК Украины — похищение на преступление.  
«В полиции отметили, что за нарушение ч.2 ст.194 УК Украины предусматривается лишение свободы на срок от трех до пяти лет.  
«Кроме этого, представителям правоохранительных органов удалось выяснить, что преступника было двое. Сделать это удалось после просмотра видео с камер наблюдения».

## Херсонская полиция открыла уголовное производство по факту попытки поджога синагоги

Херсонская полиция открыла уголовное производство по факту недавнего преступления — попытке поджога синагоги.  
«Действия преступников, которые бросили в здание синагоги по улице Траурной две бутылки с горючей жидкостью, квалифицированы как умышленное уничтожение или повреждение имущества (часть 2 статьи 323 УК Украины)». Также открыто уголовное производство по статье 15 УК Украины — похищение на преступление.  
«В полиции отметили, что за нарушение ч.2 ст.194 УК Украины предусматривается лишение свободы на срок от трех до пяти лет.  
«Кроме этого, представителям правоохранительных органов удалось выяснить, что преступника было двое. Сделать это удалось после просмотра видео с камер наблюдения».



### Билл Гейтс назвал дату следующей пандемии

Сооснователь Microsoft Билл Гейтс уверен, что нынешняя пандемия — не уникальное событие в истории человечества, подобные кризисы будут происходить и дальше с периодичностью примерно в 20 лет.



По его мнению, пандемия неизбежна из-за размытых границ глобальной мобильности. «Если бы мировые лидеры и законодатели оказались в должном образе подготовлены к ситуации, расходы на предотвращение кризиса могли бы быть ниже на многие триллионы долларов. В будущем правительства должны держать наготове диагностические инструменты, обширные библиотеки антибиотиков и системы раннего оповещения», — заявил Гейтс.

Также Билл Гейтс отмечает, что Америка сможет восстановиться после эпидемии коронавируса только к 2021 году. При этом полнейший отказ от карантинных мер в мире будет возможен только после проведения массовой вакцинации.

Также бизнесмен заявил, что текущая пандемия приведет к углублению социального раскола, так как переход на дистанционное образование ухудшит доступ к знаниям для детей из малоимущих семей.

«Некоторые школы и вузы смогут перейти на дистанционное обучение, но даже не в российских школах, особенно из малоимущих семей — есть подpora для занятий устройств и интернет. Это еще больше усилит социальное расхождение», — считает Гейтс.

### Разведка США предупредила НАТО и Израиль о пандемии еще в ноябре

Разведка США, выступившая доклад о возможной пандемии коронавируса в ноябре прошлого года, заранее предупредила об опасности не только администрацию президента Дональда Трампа, но также НАТО и Израиль.



Доклад американской разведки был составлен на прошлой неделе в ноябре 2019 года, когда информация о вспышке болезни еще не было в открытом доступе. Помимо администрации Трампа разведка решила предупредить об опасности НАТО и Израиль.

Отмечается, что израильские военные чиновники обсуждали возможность распространения гриппа в регионе и его влияние на Израиль и соседние страны еще в ноябре. Информация дошла также до лиц, принимающих решения и Министрства здравоохранения, однако после этого якобы не было сделано никаких шагов для предотвращения ситуации.

При этом остается неясным, был ли это тот самый доклад, о котором ранее сообщили ABC News. Разведчики якобы предупредили, что дальнейшее распространение вируса повлечет за собой пандемию. Однако Трамп попросил информацию о докладе фейком.

### Еврейский громадский центр «ХАЛОМ»

**Halom** — це місце, де збираються наші центри створений для того, щоб відкрити нові грани творчості, розвивати та збагачувати таланти, стимулювати нові знання та просто відпочивати.

Ми маємо безліч напрямків діяльності, тому кожній відвідувачу зможе знайти справу до душі — дитячі програми (міні-садочок, школа раннього розвитку, бейбі-йога, недільна школа), хореографія (класична, балетна, джазов, брейк-данс), театральні програми (конверсія майстерність, образотворче мистецтво, жид-медіа), освітні програми (англійська мова для дітей та дорослих, іврит), програми для літніх людей та багате інше.

**Приходьте, будемо дуже раді Вам!**  
Наша адреса: м.Київ, ст.метро Либідська, вул. К.Малевиця, 86-0  
Тел.: (044) 220-29-03; (063) 606-94-29

## КАК ПРОДОЛЖАТЬ ОБЩАТЬСЯ С ЛЮДЬМИ, КОТОРЫЕ ПРИЧИНИЛИ ТЕБЕ БОЛЬ

Каждый из нас время от времени сталкивается с ситуациями, когда возникает споры и разногласия с близкими, друзьями, коллегами, соседями и т.д. Бывает даже так, что эти ситуации заставляют нас очень остро почувствовать свою уязвимость и пережить моменты душевной боли и страдания.

Чем больше социальная дистанция между нами и «обидчиком», тем легче найти душевный баланс. К примеру, вы поспорили с кем-то в магазине, или общественном транспорте, или даже с кем-то из вашей рабочей среды. Для определенное время вы переживаете обиду, гнев, злость, тревогу или разочарование. Но, проходя время, вы не сталкиваетесь повторно с обидчиком, внимание переключается на более актуальные события, и все неприятные переживания как бы «уходят» в восприятие, становятся мало значимыми и даже забываются.

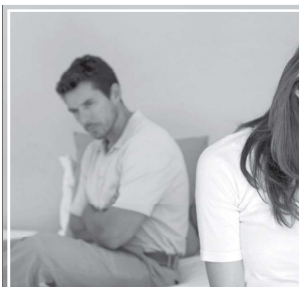
Другое дело конфликты с очень близкими, значимыми для нас людьми. Особенно если мы живем с ними в одном доме, связаны общими материальными ценностями, зависим от них физически и/или

### ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ

- Включите приятную лично для вас музыку, приготовьте теплый чай или обильную воду. Постарайтесь пить напиток небольшими глотками, концентрируясь на вкусе и своих ощущениях от музыки и напитка.
- Возьмите под контроль стиль своего дыхания: медленный вдох — небольшая задержка дыхания — медленный выдох — снова задержка дыхания. Повторите 10-15 таких циклов.
- На листе бумаги перечислите все свои эмоции. «Пройграйте» на бумаге диалог, позволивший вам выразить свои эмоции и построить на конструктивное завершение конфликта.
- Затем постарайтесь записать как можно больше причин сложившейся ситуации. Старайтесь учесть все аспекты, касающиеся как вас самих, так и всех участников конфликта. После, напротив каждой причины, напишите каким образом вы можете влиять на нее. Скорее всего на вас не повлияют вы найдете инструмент влияния.

Такой тайм-аут способен ослабить болезненные переживания и переключить фокус внимания на ситуацию в целом. Разобраться в реальных причинах и предположить душевные страдания, а также выработать навык самостоятельно регулировать интенсивность своих эмоциональных переживаний.

- Максимально сократите общение, соблюдайте эмоциональную дистанцию, не делитесь самыми сокровенными тайнами. Это предотвратит использование информации против вас и уберечь вас от разочарования.
- Не выдавайте сразу эмоциональную реакцию на слова или действия, поглотите ярость. Проведите некоторое наигранное безразличие к нападкам на вас.
- Выразите сожаление, что вам приходится видеть вашего визави раздраженным или скандальным. Ведь на самом деле это не делает из-за своей неуверенности и неуравновешенности. Лично к вам его состояние не имеет вообще никакого отношения. На самом деле зрелые люди умеют переживать свои сложности не за счет других.
- Озвучьте, что готовы продолжать общение, когда собеседник справится со своими разрушающими эмоциями, и будет готов спокойно конструктивно взаимодействовать с вами.
- Используйте иронию и юмор! Перевода в шутку даже самые неприятные ситуации, мы можем помочь и себе и собеседнику отвлечься и вовремя остановиться.



материально. Как быть в таких ситуациях? Ведь наше взаимодействие продолжается, а вместе с ним продолжает существовать душевная боль.

Давайте в самом начале разберемся, почему так происходит, какие механизмы заставляют нас чувствовать себя уязвленными и страдающими от этих переживаний.

Одной из причин душевной боли есть мы сами, а именно наши личностные особенности, которые фокусируют внимание и эмоции исключительно на нас самих, а не на ситуацию как таковую. Иными словами, все происходящее принимается настолько лично, что споживший конфликт начинает представлять свершенность, а обида и душевная боль становятся основными игроками в нашей психике. В таких условиях становится очень сложно взглянуть на происходящее с разных сторон, увидеть альтернативные причины конфликта, контролировать собственные эмоциональные проявления, переключить внимание и вовремя остановиться. На пике всякой ярко выраженной эмоции, будь то страх или злость, раздражение или гнев, каждому человеку важно иметь возможность безопасно эту эмоцию прожить, а после оставить ее в прошлом.

Вот небольшой перечень действий, помогающих взять контроль над болезненными эмоциями и мыслями:

- Обеспечьте себе комфортное место для уединения, Вам должно быть в этом месте физически комфортно и приятно.
- Разрешите себе, с кем вы живете, что определенное время (20-40 мин) вам нельзя беспокоить.

Также важной составляющей есть умение говорить и слышать. Хорошо выразить свои переживания, констатация их, избегая обвинений. Желания выразить в виде просьбы, учитывать возможные обстоятельства и возможности. Стараться не использовать манипуляцию и хитрости, которые вызовут чувство вины, жесткие дистанцирование. Часто взаимопонимание помогает нам обрести гармонию и радость в жизни отношений.

Ищите компромисс и будьте счастливы!

Вера ЧАПЛИНСКАЯ

### «Мы вернулись на другую планету»: еврейка-астронавт из NASA после приземления

Экипаж пилотируемого корабля «Союз МС-15» поделился в социальных сетях впечатлениями после приземления, передает МАА «Квинформ».

Американский астронавт Джессика Мейр, для которой это был первый космический полет, работала на орбите 205 суток, совершила 3 выхода в открытый космос. Кстати, судя по видеороликам прямой трансляции с места посадки, Джессика чувствовала легкий восторг из-за чужих экипажа. На своей странице в Twitter она призналась, что Земля из-за пандемии коронавируса изменилась за те полгода, которые она летала на Международной космической станции.

«Мы вернулись на другую планету, но она остается впечатляющей», — написала Мейр. В комментариях под постом о возвращении подлинные астронавты писали ей и традиционные еврейские пожелания, такие как «Малл тов» («Шаббат Шалом».



В космос женщина полетела 205 дней, во время которых проводила различные эксперименты и фотографировала новые виды планеты с МКС.

Напомним, что Джессика Мейр, родившаяся в семье матери из Швеции и отца — иракского еврея младшей из пяти детей своих родителей, провела детство в Карбуллит (штат Мэн, США). Ее ныне покойный отец родился в Ираке, но перемигрировался со



## СТУДЕНТЫ КИЕВО-МОГИЛЯНСКОЙ АКАДЕМИИ ПОМОГАЮТ КИЕВСКОМУ ХЭСЭДУ!



Безвозмездная помощь — в чем бы она ни выражалась — источник уважения, человечеством. Обычно его оказывают те, кто имеют жизненный опыт за плечами, знают как тяжело остаться один на один со своими горестями и проблемами. Поэтому, когда благодетельностью занимается молодежь, это всегда нас радует и вселяет надежду на то, что душевная нищота добра и бескорыстных отношений никогда не прервется! Да и как иначе? На любви, дружбе, взаимопомощи и заботе мир стоит!

Нашему хэсэду уже который год приходится на помощь студентам, обучающимся по специальности «Социальная работа» Школы социальной работы Национального университета «Киево-Могилянская Академия». Проходи практику на базе Киевского хэсэда, студенты получают не только профессиональный опыт, усваивая навыки и развивая свои знания, но и помогают нам в работе с клиентами, социальными работниками.

**Студентки 3-го курса Юлия Петренко и Арина Красик рассказали:**

«Мы решили выбрать, как базу практики, международный благотворительный фонд «Еврейский Хэсэд «Бней Ариэль», потому что данная организация помогает и поддерживает наиболее незащищенную часть еврейского населения в Киеве и Киевской области. Мы ни разу не пожалели об этом!

Сначала мы прошли обучение в учебном центре (руководитель — Наталья Тимошенко). Мы участвовали в разных тематических тренингах, семинарах, практических занятиях, ежевечерней подгрупповой астрке для социальных работников программы «Сохранение памяти», посещали подопечных на дому.

А на встречах по акросессам в Диваново центре для клиентов программы «Сохранение памяти», которые ведут социальные работники Оксана Лещенко и корпоративная программа Марина Сперер, было очень интересно общаться с пожилыми людьми.



делать вместе с ними зарядку и мастерить подарки. Мы были рады сами, разрабатывать практическое занятие для клиентов и проводить его. Результаты наших стараний всегда наши ожидания!

Очень приятно видеть положительную реакцию и слышать хорошие отзывы после проведенного нами занятия. Одна улыбка клиента стоит! Благодаря МБФ «Еврейский Хэсэд «Бней Ариэль» мы получили много новых знаний, знакомств, и самое ценное — незабываемый опыт, чему очень рады!»

Арина Зварожская, студентка 4 курса, также поделилась с нами своими впечатлениями: «Я участвовала в мероприятиях фонда для клиентов на кусочке сыра из подкрашенного соленого теста, а также составляла картонную коробку для транспортировки подарка. Поскольку у меня есть опыт работы в детских лагерях и проведения различных творческих мастер-классов, подготовка и организация этого мероприятия не вызвали особого труда. На групповом занятии получила опыт общения с людьми, живущими с деменцией. Понимать на себе важность иди визуального подхода к каждому участнику группы, своевременного реагирования на запросы и подстройки скорости, скорости речи и тона голоса с потребностями участников.

Поскольку мероприятие «Наше общее украинство» я провела с группой социальных работников. Было нелегко, потому что груп-

### С днем рождения!

Администрация и коллектив МБФ «Еврейский Хэсэд «Бней Ариэль» от всей души поздравляет наших дорогих именинников, родившихся в АПРЕЛЕ!



Пусть бушует апрель, расцветает весна. В этот месяц у Вас день рождения. Пусть же жизнь будет с Вами щедра и нежна. Дарит классное Вам настроение. Поздравляем сегодня, пусть ждет Вас успех, и любовь ласкает Вас сердцем. Целый восторг достигать без малейших помех И добра много мы Вам желаем. Исполняйте мечты, вдохновляйте родных. Помощь от судьбы и от Бога. Мы жеееееее свещечки целой ладанки И богатства, веселья большого!

Желаем нам счастья и здоровья, благополучия, любви и мира, лютые именинники! Мамак Тод!

### В Израиле получили антидот к Covid-19

В Израильском институте биологических исследований получили антидот к коронавирусу Covid-19. По сообщению СММ, исследователи института смогли получить антидот к вирусу, что приближает человечество к лечению болезни.

В институте заявили, что это еще не вакцина, но находка антидот — первый шаг на пути к вакцинации. Кроме этого, производство лекарства от Covid-19 может начаться гораздо раньше, чем ожидалось.

Отмечается, что антидот удалось получить из образцов крови, взятых у выздоровевших пациентов и животных.


Ранее сообщалось, что вакцина от Covid-19 может поступить в производство в лучшем случае зимой, но, если ожидания оправдаются, то ученые из Нес-Циона ускоряют этот процесс.

# Дорогие друзья!

Благодаря поддержке наших спонсоров, в частности Американского Еврейского Объединенного Распределительного Комитета «Джойнт», вышли в свет новые книги. Мы представляем вашему вниманию краткий анонс этих изданий, а ознакомиться с ними можно будет после карантина в читальном зале нашей библиотеки по адресу ул. Питерская 4А, г. Киев

Тимошенко Н.Е., Романова Н.Ф., Ореллер М.И.

**УХОД ЗА ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА С ДЕМЕНЦИЕЙ**




Учебно-методическое пособие

Киев 2020

Тимошенко Н.Е., Романова Н.Ф., Ореллер М.И., Паличенко О.П.

**ДОГЛЯД ЗА ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА, ЯКИ ЖИВУТЬ З ДЕМЕНЦІЄЮ**



Учебно-методическое пособие

Киев 2020

Уход за людьми пожилого возраста с деменцией: учебно-методическое пособие / Тимошенко Н.Е., Романова Н.Ф., Ореллер М.И., общ. ред. Н.Е. Тимошенко. — 2-е изд., доп. — К. : Изд-во «Група кампаній «ВСЕ ПРОСТО», 2020. — 370 с.

В книге поданы материалы, включающие с основными аспектами ухода за людьми пожилого возраста с деменцией. Рассмотрены способности и специфика этой группы, представлены теоретические и практические материалы по организации социальной услуги ухода в домашних условиях для людей пожилого возраста с деменцией и членов их семьи. Рекомендовано для преподавателей, студентов, специалистов социальной сферы и волонтеров.

Старение населения создает многочисленные проблемы для современного общества, среди которых одна из самых острых — старение людей с деменцией. По данным Всемирной организации здравоохранения (2019 г.) уже сейчас насчитывается более 50 миллионов таких людей и эта цифра будет только увеличиваться, а к 2050 году она может составить 131,5 млн. человек.

Исследования украинского Института геронтологии показывают, что потеря способности мыслить, памяти и ориентироваться в пространстве наблюдается у каждого 10-го человека достигшего пенсионного возраста. Именно развитие деменции является основной причиной инвалидности и достаточно часто приводит к резкому уменьшению уровня качества жизни не только у критично-больных, но и у членов их семей, ближайшего социального окружения.

На сегодняшний день существует потребность в систематизации теоретических представлений о деменции, ее признаках и симптомах; об опыте международного опыта и обобщении информации о современных подходах профилактики; организации обучения специалистов социальной сферы по предоставлению услуг и ухода в домашних условиях. Важно учитывать, что весь процесс поддержки должен опираться на принципы гуманности и соблюдения прав человека.

Уход за людьми пожилого возраста с деменцией все чаще становится командной работой (родственников, терапевта, психиатра, врача, патронажной сестры, социального работника, волонтера), поэтому очень важно наладить мультидисциплинарный подход среди всех социальных институтов, гражданского общества, широкого круга ученых, практиков и волонтеров.

Министерством социальной политики внедрены стандарты оказания социальных услуг и определены профессиональные компетенции для специалистов, что свидетельствует об актуальности предложенной тематики. Процесс подготовки специалистов, родственников и волонтеров требует необходимого учебного материала с учетом лучших практик.


Поэтому целью данного пособия — предоставить широкий спектр учебных задач по формированию профессиональных компетенций и расширить необходимый методический репертуар, что поможет не только развить навыки, но и улучшить уровень профессиональной подготовки в целом.

Материалы пособия можно использовать в процессе обучения социальных работников или повышения квалификации представителей мультидисциплинарной команды, членов семей пожилых людей с деменцией, а также для общественных организаций и волонтеров.

Американский Еврейский Объединенный Распределительный Комитет «Джойнт»

**ЯК ПРАЦЮВАТИ З ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТУ, ЯКІ ПЕРЕЛІСЛИ ІНСУЛЬТ:**

Практичні поради соціальним робітникам



Киев 2020

Романова Н.Ф., Тимошенко Н.Е.

**СПІЛКУВАННЯ З ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВІКУ**

методичні матеріали до тренінгу 2018

Как работать с пожилыми людьми, перенесшими инсульт: практические советы социальным работникам / сост. Е. К. Горбунов, М. И. Ореллер, Н. Е. Тимошенко, под ред. Н. Е. Тимошенко. — Киев: Група кампаній «ВСЕ ПРОСТО», 2020. — 52 с.

Практические советы направлены на помощь тем, кто оказывает помощь и поддержку пожилым людям и помогут уменьшить количество ошибок при уходе за людьми, которые перенесли инсульт.

В Украине у большинства граждан отсутствуют необходимые ценности здоровья как фактора жизненного успеха. Ежегодно от острых сердечно-сосудистых заболеваний умирает более 1 000 тысяч человек, а в последние годы наблюдается тенденция к увеличению смертности и инвалидизации населения.

В 80% случаев люди, перенесшие ин-

сульт, теряют работоспособность, требуют специальной лечебной физкультуры, поэтому актуальным остается вопрос реабилитации после инсульта. Основной целью лечения после инсульта в реабилитационный период является максимальное восстановление физиологических функций и психологического равновесия у пожилых людей. Средства физической реабилитации положительно влияют на изменение двигательных функций пораженных конечностей человека, позволяют экономично работать сердечно-сосудистой системы и функции внешнего дыхания, способствуют улучшению психоэмоционального состояния.

Данные советы будут полезны социальным работникам, специалистам по социальной работе, социальным работникам на дому, реабилитологам, родственникам, ухаживающим за людьми, перенесшими инсульт.

Американский Еврейский Объединенный Распределительный Комитет «Джойнт»

**МЕТОДИЧЕСКІЕ РЕКОМЕНДАЦІЇ ПО УХОДУ ЗА ЛЕЖАЧИМИ І МАЛОПОДВИЖНИМИ ЛЮДЬМИ**



в помощь социальным работникам

Тимошенко Н.Е., Романова Н.Ф., Ореллер М.И., Паличенко О.П.

**МЕТОДИЧЕСКІЕ РЕКОМЕНДАЦІЇ ПО УХОДУ ЗА ЛЕЖАЧИМИ І МАЛОПОДВИЖНИМИ ЛЮДЬМИ**

в помощь социальным работникам

Методические рекомендации по уходу за лежачими и малоподвижными людьми: в помощь социальным работникам / сост.: Е. К. Горбунов, Н. Е. Тимошенко, под ред. Н. Е. Тимошенко. — Киев: Изд-во 51 Параллель, 2019. — 24 с.

Методические рекомендации будут интересны тем, кто осуществляет помощь и поддержку людям пожилого возраста — могут не растеряться и не допустить критических ошибок по уходу за лежачими и малоподвижными людьми в домашних условиях.

Особое внимание уделяется факторам, провоцирующим возникновение пролежней, профилактике пролежней, приемам перемещения лежачих и малоподвижных людей. Методические рекомендации полезны социальным работникам, реабилитологам, специалистам по социальной работе, родственникам, которые ухаживают за родным пожилым человеком.

У людей пожилого возраста нередко возникает затруднения при самостоятельном передвижении. Источники причины могут быть различные: социальные работники и родственники лежачих и малоподвижных пожилых людей сталкиваются с этими же проблемами.

Зачастую пожилые люди оказываются прикованными к постели в результате различных заболеваний или их осложнений, иногда они не только не в состоянии самостоятельно себя обслужить, но и совершить даже движения в постели; ситуацию могут также осложнить личностные расстройства.

Лежачему человеку трудно принять свою беспомощность, и это может выразиться депрессией, апатией, агрессией, раздражительностью, резкой сменой настроения.

Уход за лежачими и малоподвижными людьми — задача непростая и имеет свои особенности. Данные методические рекомендации будут полезны социальным работникам, реабилитологам, родственникам, которые ухаживают за родным пожилым человеком.

Американский Еврейский Объединенный Распределительный Комитет «Джойнт»

**МЕТОДИЧЕСКІЕ РЕКОМЕНДАЦІЇ ПО УХОДУ ЗА ЛЕЖАЧИМИ І МАЛОПОДВИЖНИМИ ЛЮДЬМИ**



в помощь социальным работникам

Методические рекомендации будут интересны тем, кто осуществляет помощь и поддержку людям пожилого возраста — могут не растеряться и не допустить критических ошибок по уходу за лежачими и малоподвижными людьми в домашних условиях.

Особое внимание уделяется факторам, провоцирующим возникновение пролежней, профилактике пролежней, приемам перемещения лежачих и малоподвижных людей. Методические рекомендации полезны социальным работникам, реабилитологам, специалистам по социальной работе, родственникам, которые ухаживают за родным пожилым человеком.

У людей пожилого возраста нередко возникает затруднения при самостоятельном передвижении. Источники причины могут быть различные: социальные работники и родственники лежачих и малоподвижных пожилых людей сталкиваются с этими же проблемами.

Зачастую пожилые люди оказываются прикованными к постели в результате различных заболеваний или их осложнений, иногда они не только не в состоянии самостоятельно себя обслужить, но и совершить даже движения в постели; ситуацию могут также осложнить личностные расстройства.

Лежачему человеку трудно принять свою беспомощность, и это может выразиться депрессией, апатией, агрессией, раздражительностью, резкой сменой настроения.

Уход за лежачими и малоподвижными людьми — задача непростая и имеет свои особенности. Данные методические рекомендации будут полезны социальным работникам, реабилитологам, родственникам, которые ухаживают за родным пожилым человеком.

Правительственные учреждения Израиля и Палестинской администрации впервые в истории вместе борются с общим врагом. В регионе, раздираемом межрегиональной враждой, коронавирусом стал катализатором массового схода между руководством Иордании и палестинских территорий. Неделю назад палестинское отделение Управления ООН по координации гуманитарных вопросов в сотрудничестве с израильскими властями, в частности, в ситуации высоко напряженного беспрецедентного сотрудничества между израильскими и палестинскими властями, направленное на сдерживание эпидемии, Государственным учреждением еврейского государства и палестинских территорий, находящаяся в вечном состоянии конфликта, впервые оказывается по одну сторону баррикады с палестинскими властями. Израильский пилар-менеджер компании Tourist Israel Иоанн Гершор, на которой за последние несколько месяцев произошло несколько терактов, в частности, в Иерусалиме, в Иордании и в Палестине, которые не освещает СМИ. Он указывает на обновленную интернет-фотографию двух добровольцев «Маген Давид Адом», на которой запечатлены еврей и мусульманин, превращаясь из врагов для евреев в союзников в борьбе с коронавирусом. «Эта фотография очень трогательная и действительно привлекает много внимания, но для многих это и есть жизнь в Израиле. Существует только одна реальность, которую выходящий из туристической индустрии никто не может игнорировать, а именно: мир в развитии сотрудничества между израильскими и палестинскими и может служить примером для других сфер».

Несмотря на постоянную напряженность в отношениях между Израилем и палестинскими территориями тесно переплетены, и Израиль, и Палестина зависят от международного туризма во всем мире известные исторические и культурные объекты, в частности, в Иерусалиме, находящаяся в вечном состоянии конфликта, впервые оказывается по одну сторону баррикады с палестинскими властями. Израильский пилар-менеджер компании Tourist Israel Иоанн Гершор, на которой за последние несколько месяцев произошло несколько терактов, в частности, в Иерусалиме, в Иордании и в Палестине, которые не освещает СМИ. Он указывает на обновленную интернет-фотографию двух добровольцев «Маген Давид Адом», на которой запечатлены еврей и мусульманин, превращаясь из врагов для евреев в союзников в борьбе с коронавирусом. «Эта фотография очень трогательная и действительно привлекает много внимания, но для многих это и есть жизнь в Израиле. Существует только одна реальность, которую выходящий из туристической индустрии никто не может игнорировать, а именно: мир в развитии сотрудничества между израильскими и палестинскими и может служить примером для других сфер».

Сотрудничество имеет большое значение и в других секторах экономики: примерно 120 000 палестинских рабочих трудятся в Израиле в сфере строительства, сельского хозяйства и услуг. Ограничения на поездки, введенные для борьбы с коронавирусом, заставили израильских и палестинских чиновников работать вместе, чтобы

найти решения, направленные на снижение риска распространения эпидемии, одновременно пытаясь свести к минимуму потерю рабочих мест, от которых зависят обе экономики. Чтобы достичь этого, израильские власти впервые разрешили десяткам тысяч палестинских рабочих оставаться в Израиле в течение нескольких дней, и даже помогали им в поиске жилья. Израиль также провел подготовку палестинского медицинского персонала, а на прошлой неделе передал палестинскому министерству здравоохранения 120 миллионов шекелей. Израильское руководство сотрудничает с Джойнт Максиклином, заместителем специального координатора ООН по Ближнему Востоку, в вопросе сбора пожертвований на экологические проекты на Западном берегу и защите окружающей среды. Израиль уже доставил более одной тысячи тестов и несколько тысяч комплектов средств индивидуальной защиты в палестинские больницы. Кро-

ме того, израильское правительство подтвердило, что «Моссад» получил доступ к усюренным локальным базам данных ИВТ не только для израильских, но и для палестинских больниц. Подобные действия «Моссада», направленные на спасение жизни палестинцев, беспрецедентны. Сместившие усилия и добротельность на местном уровне развиваются и на уровне руководства. В ходе телефонного разговора между президентом Израиля Рувеном Ривлиным и президентом ПА Махмудом Аббасом, который состоялся 9 апреля, Ривлин выразил оптимизм: «Наша способность работать вместе во время кризиса является также свидетельством нашей способности работать вместе в будущем на благо всех нас». Станет ли беспрецедентное сотрудничество между этими двумя правительствами в эпоху распространения эпидемии кризисом надежды оптимизма для активизации ближневосточного мирного процесса?

## 2400-летнее «Пасхальное послание» раскрывает тайны иудаизма



После посреди земли Египетской и столы на границе ее в Голосудом. «Этот свиток послужит гарантией для основания храма Иова. Поэтому я предсказываю, что тот же самый свиток мог бы послужить гарантией создания Храма Иова в Иерусалиме». Утверждает Исидор. На вопрос, когда была написана книга Исидор, он отвечает, что этот проект предположительно или в 1000 году н.э., или в 1000 году до н.э. Исидор также утверждает, что свиток был написан в Храме в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором.

«Как по этому свитку, мы можем предположить, что свиток был написан в Храме Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором.»

«Итак, мы можем предположить, что свиток был написан в Храме Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором.»

## Письмо из Иерусалима в еврейский гарнизон на Элефантин

в Нигине Египте, датированное У воем до н.э., является старейшим известным руководством о ритуале Песаха за предельно короткий период времени. Письмо, адресованное от «Брату» Ядана, еврейскому лидеру Элефантин, и составленное в Иерусалиме — это «Пасхальное письмо» Элефантинцев, которое обнаружил Хаазерт Рут Шустер.

«Этот самый старый известный рассказ о пасхальном ритуале за пределами Танаха, говорит профессор Арон Майер из Университета Бар-Илана. Эти папирусы по меньшей мере на четыре столетия предшествовали еврейскому Мертаму моря, как отмечает почетный профессор Еврейского университета Бецалель Портен в своей книге «Элефантинцы». Письмо, датированное 2400-летним, является старейшим известным руководством о ритуале Песаха за предельно короткий период времени. Письмо, адресованное от «Брату» Ядана, еврейскому лидеру Элефантин, и составленное в Иерусалиме — это «Пасхальное письмо» Элефантинцев, которое обнаружил Хаазерт Рут Шустер.

«Письмо сохранилось лишь в виде фрагмента длиной в 11,4 сантиметра и шириной в 2,3 сантиметра. Изорванный остаток «Пасхального письма» от Ханана, высокопоставленного чиновника в Иерусалиме, адресован от «Брату» Ядана, еврейскому лидеру Элефантин, и составленное в Иерусалиме, находящимся на острове Элефантин, в то время, когда Иерусалим был разрушен в 70 году н.э.»

«В частности, «Пасхальное письмо» не упоминает слово «Песах», однако содержание фрагмента доказывает, что интерпретация Песаха верна. Это также указывает на то, что ритуалы, связанные с Песахом, уже были частью еврейского ритуала».

«Сохраняющийся текст фактически передает инструкции к празднику пасхи, вот что там написано: «Освятите 14 (дней) в месяце Ишаре и (сумерки) на 14-й (ис сумерки) наблюдайте Песах» (15:10-11) и (15:11) «И в этот вечер съешьте хлеб пресный хлеб в течение семи дней. Не работайте на 15-й и 21-й дни Нисана... не пейте... И все, что завашило, возьмите в свои комнаты и заберите между этими днями».

«Если сопоставить эти инструкции с тем, что мы знаем о том, что евреи делали в укреплении Уголе моря, также было запрещено египетское вино, которое делалось из ферментированного зерна. Проксидоме Исаека описывает тайны, Игине упоминает, что этот праздник, свиток на это время, как и Первый Иерусалимский Храм в различных еврейских ритуалах: жертвоприношение животных, отламывание полукруглыми израильскими галушками и «Хат маот» (праздник пресного хлеба) — христианский праздник зерна, отмеченный в этот период времени».

«Обряды еврейского и Делтонического реформа — что может значить «наблюдать за Песахом 14-го числа?» Это письмо может быть тем, что еврейские евреи в Египте, которые ждали, чтобы увидеть, как Иерусалимский Храм в Иерусалиме и в то время, когда Иерусалимский Храм в Иерусалиме был разрушен в 70 году н.э., основанном на книге «История».

«Итак, мы можем предположить, что свиток был написан в Храме Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором. Или же, как предположил профессор Майер, еврей Элефантинцы прибыли туда из Храма Иова в Дрездене Египта, который был посвящен централизации иудаизма, проведенной Исидором.»