Часопіс жанчын Беларусі

АЛЕСЯ

№ 3 ■ 2022

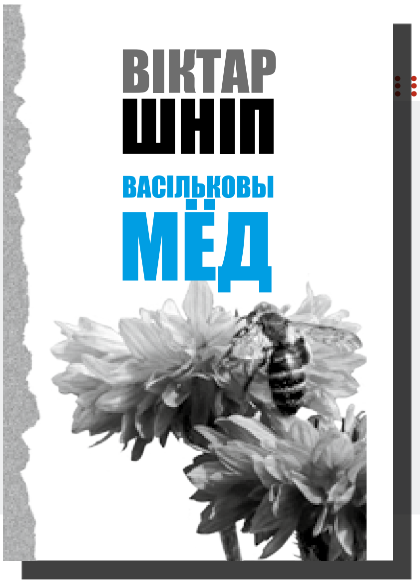
ISSN 0131-8055

ЕКАТЕРИНА ДУЛОВА:

«ТОЛЬКО НАСТОЯЩЕЕ ИСКУССТВО ВОСХИЩАЕТ И ДАРИТ КРЫЛЬЯ»

АСОБА ■ ПОСПЕХ ■ ЗДАРОЎЕ ■ ПСІХАЛОГІЯ ■ СЯМ'Я ■ ДЗЕЦІ ■ ДОМ 12+

ВЫДАВЕЦКІ ДОМ «ЗВЯЗДА» ПРАПАНУЕ



Шніп, В. А. Васільковы мёд : вершы / Віктар Шніп. — Мінск : Звязда, 2022.

У кнізе паэзіі «Васільковы мёд» змешчаны лепшыя творы Віктара Шніпа, напісаныя ім на працягу сарака гадоў, пачынаючы ад юнацкіх — пра родную Валожыншчыну — і заканчваючы вершамі з нядаўніх кніг, у якіх пераплецены гісторыя, сучаснасць і наша будучыня, а родныя вобразы жывуць у сугуччы з фарбамі і гукамі Сусвету.

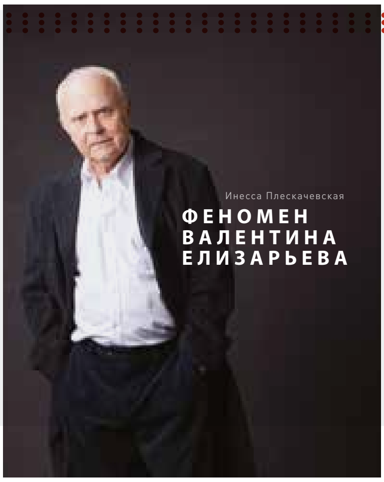
Сцяцко, В. С. Нязломны : Аляксей Талай / Валерыя Сцяцко. — Мінск : Звязда, 2021.

Выбух міны, якая затаілася з вайны, зрабіў шаснаццацігадовага падлетка іншым. Іншым стала ўсё яго жыццё, якое ўрачам цудам удалося выратаваць.

Аляксей Талай — паралімпійскі чэмпіён, спартыўны і грамадскі дзеяч, бізнесмен, шчаслівы муж і бацька чацвярых дзяцей.

Кніга журналісткі Валерыі Сцяцко «Нязломны: Аляксей Талай» — пра барацьбу за жыццё і пераадоленне цяжкасцяў, пра шлях да алімпійскіх вышынь, цяжкую працу і перамогу, пра родных і блізкіх, пра сяброў і чалавечае шчасце.

Гэта восьмае выданне серыі «Адрасы Беларусі ў свеце».



Плескачевская, И. Н. Феномен Валентина Елизарьева / Инесса Плескачевская. — Минск : Звязда, 2022.

Новая книга известной журналистки Инессы Плескачевской посвящена жизни и творчеству знаменитого хореографа Валентина Елизарьева. Интервью с ним самим и многими известными деятелями искусства раскрывают его личность с разных сторон, а также характеризуют эпоху в художественной культуре в целом.

Для широкого круга читателей.

Алеся

3/2022

РАБОТНІЦА І СЯЛЯНКА
ВЫДАЕЦЦА З ЛІСТАПАДА 1924 г.

ШТОМЕСЯЧНЫ ГРАМАДСКА-ПАЛІТЫЧНЫ
І ЛІТАРАТУРНА-МАСТАЦКІ ЧАСОПІС (ДЛЯ ЖАНЧЫН)

МАТЭРЫЯЛЫ ДРУКУЮЦЦА
НА БЕЛАРУСКАЙ І РУСКАЙ МОВАХ
ВЫХОДЗІЦЬ АДЗІН РАЗ НА МЕСЯЦ

ЗАСНАВАЛЬНІКІ:
Міністэрства інфармацыі
Рэспублікі Беларусь,
Грамадскае аб'яднанне
"Беларускі саюз жанчын".

Пасведчанне аб дзяржаўнай рэгістрацыі
сродку масавай інфармацыі № 1140
ад 28.10.2014, выдадзенае Міністэрствам
інфармацыі Рэспублікі Беларусь.

ВЫДАВЕЦ:
Рэдакцыйна-выдавецкая ўстанова
"Выдавецкі дом "Звязда"

Дырэктар – галоўны рэдактар
Аляксандр Мікалаевіч КАРЛЮКЕВІЧ

Шэф-рэдактар
Ларыса Паўлаўна РАКОЎСКАЯ

Адрас рэдакцыі
Юрыдычны адрас: вул. Б. Хмяльніцкага, 10а,
220013, г. Мінск, Рэспубліка Беларусь.
Тэл./факс: 8 (017) 287-19-19

Паштовы адрас: вул. Б. Хмяльніцкага, 10а,
220013, г. Мінск, Рэспубліка Беларусь.
e-mail: alesya@zviazda.by

Сайт: zviazda.by/be/edition/alesya.by
Тэл.: 8 (017) 287-16-29, 287-17-59, 287-17-35

Падпісныя індэксы:
індывідуальны – 74995
індывідуальны льготны – 75095
ведамасны – 749952
ведамасны льготны – 75094

Мастацкі рэдактар, камп'ютарная
вёрстка Таццяна МАЛЬКО

Стыльрэдактар Валянціна РЖЭУЦКАЯ

Падпісана да друку 09.03.2022 г.
Фармат 60x84 $^1/_8$.
Гарнітура "Georgia".
Афсетны друк.
Ум. друк. арк. 5,58.
Ул.-выд. арк. 6,11.
Тыраж 967 экз. Зак. №

На вокладцы: генеральны дырэктар Вялікага тэатра Беларусі Кацярына ДУЛАВА.
Фота Міхася НЕСЦЕРАВА.

*Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за падбор і дакладнасць фактаў.
Матэрыялы, пазначаныя гэтым значком ®, носяць рэкламны характар.
Адказнасць за змест рэкламы нясуць рэкламадаўцы.*

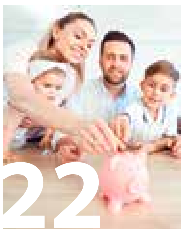
Рэспубліканскае ўнітарнае прадпрыемства
"БудМедыяПраект",
ЛП № 02330/71 ад 23.01.2014 г.
вул. В. Харужай, 13/61, 220123, г. Мінск,
Рэспубліка Беларусь.

12+

© Міністэрства інфармацыі
Рэспублікі Беларусь, 2022

© Грамадскае аб'яднанне
"Беларускі саюз жанчын", 2022

ЧЫТАЙЦЕ



ПЕРСОНА

Екатерина ДУЛОВА:
«Только настоящее искусство восхищает и дарит крылья» 2

ГОСЦЯ РЭДАКЦЫІ

Ірына МАСЛЯНІЦЫНА: «Прыцягваюць гісторыі кахання, якія не заканчваюцца з вяселлем» 6

НАУКА И ЖИЗНЬ

Светлана ПАШКЕВИЧ. Наш мозг – друг или враг? 10

ФОРМУЛА УСПЕХА

Мария ТАРЛЕЦКАЯ. Куй железо, люби его горячо 14

ПСИХОЛОГИЯ

Практическая психология с «Алесей» 18

ЗДОРОВЬЕ

Метеочувствительность: болезнь или нет? 21

ОТНОШЕНИЯ

Арифметика любви 22

ВЕСЕННЯЯ ПРОКАЧКА

Как полюбить себя и понравиться окружающим 26

ЗДАРОЎЕ

Як захаваць прыгажосць пры стрэсе 29

ВКУС ЖИЗНИ

Органическая радость 30

ЗДОРОВЬЕ

Справы сардэчныя 34

ГЛАВНЫЕ ТРЕНДЫ

Самые модные идеи 36

МАСТЕРСКАЯ

Настроение – весна! 42

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Валентина БЫСТРИМОВИЧ.
ПРЕкрасный костюм, или Почему так ласково мужчины со мной никогда не разговаривали? 44

ГАРАСКОП

СКАНВОРД