

UNIVERSITY **TIME**



Всему свое время

Любишь глянцевые журналы? А БГУ?..
 Результат синтеза такой любви в твоих руках. Нет ничего невозможного. Мы живем, учимся, работаем, ставим цели и преодолеваем препятствия. Кто-то мечтает сделать кораблик в бутылке, а кто-то открыть приют для бездомных животных. Главное — желание. Рецепт «золотой рыбки» прост: сначала мечтаешь, потом планируешь и затем, не обманывая себя обещаниями о завтрашнем дне, делаешь. Команда студентов создала журнал, состоятельный и амбициозный, как и люди, которые в нем работают. Все делали сами: готовили материалы и правили их, делали фотографии в ритме нон-стоп и наслаждались такой жизнью. Мы отдали этому проекту самое ценное — свое время, причем летнее.

И вот **UNITIME** существует не только в мыслях нескольких человек, журнал можно пролистать, прочитать или сделать из него оригами. **University Time** — журнал твоего времени, самого веселого и интересного — студенчества.

Журнал не скупится на информацию. Мы задумали создать синкретичный журнал, соединить в нем традицию и новаторство. Внутри есть разноформатные истории, серьезные и шуточные, дельные и развлекательные. В Белорусском государственном университете учатся 24 тысячи студентов, умных и перспективных. Их много, но кто они? Или, правильнее сказать, мы? Журнал наполнен информацией о студенческой жизни. **UNITIME** хочет, чтобы современный студент заботился о своем здоровье, разбирался в искус-



стве, модных тенденциях и техноновинках. Я надеюсь, что студенты будут уверены в себе благодаря этим знаниям.

UNITIME вышел в день 35-летия Студенческого городка БГУ. Молодая организация поддержала идею создания журнала.

И я точно знаю, что цель будет достигнута лишь в том случае, если журнал окажется не только в твоих руках, но и останется в мыслях.

Ольга Кушнерова

UNITIME

Пилотный номер
сентябрь 2009

Тираж 299 экземпляров
Распространяется бесплатно

Издатель
Белорусский государственный университет

Адрес редакции:
220030, Минск, Октябрьская, 4 — 109
+375-17-209-56-49

Перепечатка и любое использование материалов возможно только с письменного разрешения редакции. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

Отпечатано в типографии
ИПЧУП «Альтиора - Живые краски».
220072, Минск, Сурганова, 11
Лич. №02330/0150479 от 25.02.09. Заказ №

Редактор
Ольга Кушнерова

Заместитель редактора
Жанна Саливончик

Шеф-редактор
Майя Гребенькова

Верстка
Максим Писарев

Стиль-редактор
Маргарита Моторева

Редактор отдела моды
Виктория Зинкевич

Фоторедактор
Александр Кокурин

Обложка
Яна Иванова

Над номером работали:

Алексей Белов
Алина Гущо
Анна Тимошенко
Артем Кирьянов
Вадим Щеглов
Екатерина Романова
Елена Васильева
Елена Талалаева
Людмила Цветкова

Ольга Буденис
Серафима Березун
Татьяна Тьчина
Юлия Пяткова

4 От максимализма до профессионализма

5 Есть какие идеи?

Критерии предложения

6 Истории о Студгородке

7 Всеми свои часы

Выбираем модный аксессуар

8 ВРЕМЯ, мне тебя не хВАТАЕТ

Управляй временем

11 Цифры одного дня

Что происходит в мире за 24 часа

12 Евгений Евтушенко: «Когда в человеке

умирает любопытство, жить незачем»

14 Выбор Сергея Дорофеева

Шаги по карьерной лестнице популярного телеведущего

16 ФОТОГРАФИЯ

Новые лица современного искусства

19 Как не стать менеджером «продажного отдела»

Составляем резюме



**7
Что
в тебе
главное?**



14
И днем,
и ночью,
и в выходные



Хочешь в США - учи язык!

42

26 **Немая звезда моды, или магия манекена**

Вся правда о модных куклах

28 HANDmade. Детсадовский ПОП-арт

Новый интерьер



30 Смотрите сами

Кинообзор

31 Кто «Там...» творил?

Рецензия на книгу Анны Борисовой

32 Зеркало или мыло?

Фотокамеры на любой вкус

34 Девайсы для самых любопытных

35 ... то, чего ты еще не пробовал

36 Игра для самых честных

Как создать команду по фрисби

39 Сон - это тоже искусство

40 Нужна помощь?

Комментарии психолога на твои вопросы

41 Студентам на заметку

42 Близкая далекая Америка

44 **Есть ли дружба между парнем и девушкой?**



11
100 тысяч
химических
реакций в
мозге





Дорогие студенты!

От всей души поздравляю вас с началом нового учебного года и возвращением в родные стены Белорусского государственного университета или первой встречей с ним!

Каждый учебный год — это новые возможности, еще большие успехи, интересные знакомства, а также испытания, пройдя через которые, вы приобретете жизненный опыт и необходимые профессиональные качества. Быть студентом БГУ — уже достижение и показатель вашей эрудиции, незаурядности, целеустремленности.

Я и весь преподавательский коллектив открыты для студенческих инициатив, мы готовы идти навстречу вашим предложениям, чтобы университетское время было полезным и интересным для каждого.

В наши дни просвещенность становится важным критерием выражения общественной позиции человека. Высшее образование дает не только диплом о профессиональной пригодности, но и развитие личности студента, его духовных качеств,

навыков самообразования как наиболее продуктивного метода получения знаний. Благодаря активности, инициативности и амбициозности наших студентов, жизнь университета всегда яркая, позитивная, насыщенная новыми идеями, свершениями и открытиями. Начинать свой самостоятельный путь в Белорусском государственном университете — это перспективный выбор молодежи нашей страны.

БГУ для меня — это не только работа, но и важная часть жизни. А университет — это прежде всего студенты. Ваш личный успех — успех БГУ! Вперед к свершениям вместе с Alma Mater!

С уважением,
ректор БГУ Сергей Абламейко

«Тэатральны куфар»

В конце сентября пройдет VI международный фестиваль студенческих театров «Тэатральны куфар». Девиз фестиваля — «Традиции. Поиск. Эксперимент». В этом году организаторы фестиваля собираются удивить зрителей и участников необычными постановками. Желающие также смогут посетить мастер-классы, организованные представителями из разных стран.

Учебный год начался!



Первокурсники наконец попробовали на вкус студенческую жизнь. С каждым годом в БГУ ведется все более ожесточенная борьба за право стать студентом. В этот раз самый высокий проходной балл — 358 — на специальность «Компьютерная безопасность» (Факультет

прикладной математики и информатики). А на одно место «Коммуникативного дизайна» претендовали 17 человек.



Межвузовский фестиваль национальных культур

Фестиваль получил грант БГУ в 2008 году как лучший молодежный проект. Этой осенью он будет проводиться второй раз. «Нам интересен, например, дуэт, в котором белорусские студенты поют на китайском или китайские ребята танцуют традиционные белорусские танцы», — говорит Михаил Черепенников. Главная цель проекта — показать, что наши студенты открыты и восприимчивы к духовным ценностям других народов, а также наладить культурные связи между вузами.



Михаил Борисович Черепенников
Заместитель проректора по учебно-воспитательной работе и социальным вопросам – директор Студенческого городка.

О решениях и поворотах судьбы

С детства мечтал быть врачом. Но за два дня до подачи документов, решил поступать на химический факультет БГУ. Приехал на собеседование с деканом, и он сказал мне фразу, которая утвердила мое решение: «Будущую профессию и жену нужно выбирать самому». С первого курса я трудился. Кроме учебы и работы всегда была активная общественная жизнь. Пять лет прошло – я поступил в аспирантуру химического факультета. С 2005 года работаю в Студгородке. Тут только один вариант – 24 часа живешь тем, что происходит в общепитии.

Не забываю ценных советов

Максимализм – прекрасное качество. Лет 12 назад я жил в общепитии и хотел

организовать там дискотеку. Вариант похода в клуб тогда не рассматривал-

От максимализма до профессионализма

Если посмотреть на рабочее место человека, о нем можно многое узнать. В кабинете Михаила Черепенникова много забавных статуэток, на одной стене – коллекция смешных котов в рамках, на другой – любимые фотографии родных. Интересно было побывать в таком кабинете, где в каждую деталь вложено особое отношение к работе и к жизни.

ся. Когда я пришел к экс-директору Студгородка, нынешнему директору юридического колледжа, со словами: «У нас магнитофон совсем старый... сломался. Давайте попытаемся его отремонтировать». Он научил меня очень важному правилу: вкладывать деньги так, чтобы потом это вложение еще долго приносило пользу.

И приобрел новый комплект светозвуковой аппаратуры для всего Студго-

родка. Это было дорогое и качественное оборудование, которое прослужило больше 10 лет.

Как появляется блеск в глазах

Большинство студентов БГУ обладают высоким потенциалом. Его нужно развивать в правильном направлении, пробовать свои силы в действии. Если ты качественно выполняешь дело, за которое взялся, результат не останется

незамеченным. Когда стремишься достичь успеха не для того, чтобы материально обогатиться, а ради высокой цели, жизнь будет полной. Деньги

тоже важны, но удовольствие доставляет осуществление задуманного.

Я, скорее, суровый руководитель

Когда приходишь на новое место, есть большой соблазн работать так, чтобы всем нравилось. Я же решил для себя: главное, чтобы работа приносила результат. Если начальника любит весь коллектив, но в его делах хаос, – это

намного хуже, чем когда руководитель суров, а на работе

Я-человек: открытый, критичный (в первую очередь, по отношению к себе), целеустремленный.

порядок. Еще нужно быть справедливым. У всех есть личные проблемы и интересы. И есть общее дело. Нужно найти баланс.

Как все успеть

Если что-то не получается сделать, но очень хочется достичь результата, ты начинаешь думать. И находишь выход. Чем больше дел нужно выполнить, тем больше ты сможешь сделать. Значительное количество дел стимулирует и заставляет думать постоянно. При правильном планировании остается время и для себя. Недавно я начал вставать на полчаса раньше, чтобы поплавать в бассейне (в спорткомплексе «Университетский» – прим. ред.).

Скучно жить и считать, что все уже сделали до меня

Я всегда говорю студентам: для вас — самый необходимый минимум, а вместе с вами — все, что угодно. Активность и желание что-то сделать я всегда поддерживаю. В свое время меня также поддерживали. Все открытия, которые я сделал в своей жизни, существовали до меня. И это радует: значит, развиваюсь в правильном направлении. Есть много студентов, которые хотят что-то сделать, не задумываясь о деньгах и славе. Они приходят в Студгородок со своими предложениями. Мы вместе начинаем их планы осуществлять.

Студенческий городок — это...

...общий дом. Почти все знаменательные события произошли со мной здесь. Образование получил в университете, живя в общежитии. В Студгородке написал большую часть диссертации. Первые 3 года семейной жизни — вновь общежитие.

Сохраняя традиции

Со многими коллегами мы общаемся на «ты». Такое отношение сотрудников Студгородка — немаловажный элемент доверия, показатель хорошей атмосферы в коллективе. Есть часть студентов, которые со мной также на «ты», естественно, та, у которой я не веду занятия. Обращение на «Вы» не всегда добавляет авторитета. Можно сказать «Вы» с таким пренебрежением, что это сильно расстроит. Коллектив Студенческого городка нашел удобную форму общения.

Есть какие идеи?!

Если человек делится яблоками, значит у него есть яблоки. Если человек делится идеями, значит у него нет яблок. Перед самой стипендией у студента не то что яблок, но и макарон может не оказаться! Зато идей хоть отбавляй. Жаль, что они не так питательны.

Для того, чтобы твоя мысль могла быть достойно реализована, лучше всего обратиться к тому, кто готов сотрудничать. Например, в Студенческий городок Белгосуниверситета, который находится по адресу Октябрьская, 4. Я побеседовала с директором городка Михаилом Черепенниковым и узнала, какой должна быть идея, которую хочется воплотить.

► Быть интересной не только тебе одному.

Ты с детского сада любишь игру на ксилофоне и треугольнике и мечтаешь устроить специфический фестиваль? Стоит подумать: а найдется ли достаточное количество участников, а также ценителей подобной музыки?

► Требовать небольших денежных затрат (по крайней мере, на начальном этапе).

► **Быть потенциально полезной.**
«Я уверен, что если организовать массовое распитие пива, то это можно будет провести без материальных вложений со стороны университета, но...», — говорит Михаил Черепенников.

► Здравой(!).

Кулинарный поединок, два года назад тоже был студенческой идеей. Общественно-информационная служба, при помощи которой развивается журнал UNITIME, когда-то была лишь

задумкой. В Студгородок можно прийти не только с глобальными проектами, но и с чем-нибудь более прозаичным. Если жизнь без бильярдного стола в общежитии не имеет для тебя никакого смысла, то дирекция Студгородка не оставит твои страдания без внимания.

Идейку не подкините?

Есть такие периоды, когда «ходаков» в Студгородок не наблюдается. Это сессия. Все остальное время люди приносят свои задумки. И руководство делает шаги навстречу.

Раз в год проводится анкетирование студентов. Один из блоков вопросов: что бы вы хотели предложить нового, чего вам не хватает для полного счастья. Так что, дорогие друзья, добросовестно заполняя анкету, вы можете сделать этот мир чуть-чуть лучше. Окунуться в поток вполне здравых идей помогает интернет-конференция. В этом году ее не получилось провести, так как создатель сайта, на котором все это действие происходило, закончил обучение. И, подбадриваемый законодательством об авторских правах, забрал свое детище. Но не существует вопросов, которые невозможно решить. Уже разработана новая версия сайта. И будьте уверены: глас народа будет услышан.

Истории о студгородке



Ольга Ярош, заместитель директора по воспитательной работе

Здание Студенческого городка 30 лет назад было другим. На месте наших кабинетов были комнаты, в которых жили студенты. В одной из них жила девушка, студентка географического факультета БГУ. Моя мама. Кто бы мог подумать, что спустя несколько десятилетий ее дочь вернется в этот корпус. Чтобы здесь работать. Это родные стены для меня уж точно.

Валерий Титоренко, педагог-организатор

Был случай: у нас одна девочка с истфака влюбилась в оперотрядника, а он внимания не обращал. Она сама из такой глубинки, знаете, даже названия не вспомню. И была дискотека в столовой, где он дежурил. Ей тогда всей общагой помогли одеться — разукрасили, как Памелу Андерсон. В общем, нормальная такая девушка получилась. Где-то в полдвенадцатого приходит она ко мне в кабинет вся в слезах: помада размазана, тушь потекла. Спрашиваю: «Что случилось?» Она отвечает с обидой:

«Валерий Анатольевич, он даже на меня не глянул и со мной не «танцэваў». Хіба я такая дрэнная?»

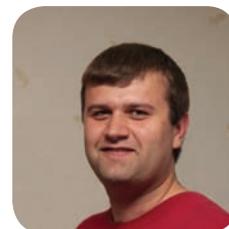


Алла Мелух, заместитель директора по социальной работе

Это были восьмидесятые годы, когда пропуска еще были без фотографий. Основное заселение закончилось, комендант общежития делает обход, заходит в совместный блок, а там в ванной стоит девушка, а из туалета выходит парень. Естественно, комендант не растерялась — сразу парня спрашивает: «А вы что здесь делаете?» Он говорит: «Живу. Мне больше жить негде». Заведующая, конечно, сказала ему вещи свои срочно собирать и вниз спускаться. А в итоге выяснилось, что 4 мальчика и 4 девочки вместе уже две недели живут, из-за того, что фамилии были такие, что непонятно — девушка это или парень. На вопрос, почему они ни к кому не обратились, парень честно ответил: «А мы думали, так и надо».

Максим Климович, методист

У нас в семерке Хэллоуин был. Все понаряжались, разукрасились. А утром заходит ко мне парень, пятикурсник. Говорит: «Не знаю, что делать. Вчера с девушкой познакомился, целовались мы». Я его спрашиваю: «И в чем проблема?» А он растеряно: «Так я не знаю, как она выглядела — вся разукрашенная была. Что мне теперь, со всеми здороваться, чтобы не обиделась?»





1



2



3



5



6



4



7



8

1. **Romanson**, коллекция Adel, кварц, стальной корпус, стальной браслет
2. **Romanson**, коллекция Opus, кварц, корпус – сталь с позолотой, кожаный ремешок
3. **Tissot**, коллекция T57 Stylist BB, кварц, стальной корпус, кожаный ремешок
4. **Romanson**, коллекция Trofish, кварц, стальной корпус с гальваническим покрытием, кожаный ремешок
5. **Guess**, кварц, стальной корпус, кожаный ремешок, кристаллы Сваровски
6. **Romanson**, коллекция Adel, механика, стальной корпус, кожаный ремешок
7. **Orient**, коллекция Lady Rose, стальной корпус, стальной браслет
8. **Cover**, коллекция Col20, кварц, корпус и браслет – сталь с позолотой

Всему свои часы

Сегодня, когда время нельзя узнать разве что с помощью зубной щетки, часы превратились в аксессуар – украшение, которое нередко может рассказать о своем владельце больше, чем он сам. **UNITIME** предлагает тебе оценить последние тенденции мира часов.

Благодарим Ziko за помощь в подготовке материала

ВРЕМЯ, МНЕ ТЕБЯ НЕ ХВАТАЕТ



Как часто вечером мы тоскливо смотрим в потолок и, уже уставшие и измученные, понимаем, что так и не успели сделать все задуманное. Паника наносит визит нервной системе, а собственные усилия кажутся бесполезными, ведь день был наполнен рутинной. В этом номере предлагаю попробовать не только тщательно распределить стремительно убегающие бесценные минуты, но и посмотреть на свой день как на двусторонние перчатки: можно применить их блеклую сторону, а можно вывернуть и увидеть разнообразие, скажем, зеленого или красного цвета.

Большинству современных людей катастрофически не хватает времени. Из-за таких забытых в спешке дел портятся отношения с коллегами и родственниками. Мы не только забываем о других, но и порой не обращаем внимания на самих себя. Несбалансированное питание ухудшает самочувствие, а отсутствие физической нагрузки приводит к атрофии мышц. Несобранность обрекает нас на проблемы во взаимоотношениях и собственном самочувствии. Чем более организован человек, тем легче ему управлять всеми сферами жизни. Организованность — не врожденная способность, а навык, которому нужно учиться.

Нереальные 100%

Ученых давно интересует проблема планирования времени. Дэвид Форд и Джон Стерн, профессора Массачусетского технологического института, даже ввели особый термин — «синдром 90%». Замечено, что любое дело, даже очень хорошо продуманное,

следует установленному для выполнения срока лишь до стадии 90% завершения, после все неизбежно начинает стопориться. При этом на заключительные 10% времени уходит почти столько же, сколько на основную часть. Вот такой парадокс планирования сроков, который современная наука пока объяснить не может.

Я знаю как, я научу

Умение экономно расходовать минуты, правильно планировать свою жизнь — признак высокой культуры человека. Теоретически все знают, что необходимо рационально использовать свое время. Дело за практикой. Для начала попробуй делать в течение 7-10 дней «фотографию» своей жизненной деятельности.

Рекомендуется разбить на листе бумаги сутки на 24 часа, каждый час — на 4 части. Условными знаками от-

мечай все важные дела, если таковых нет, оставь пропуски.

В конце дня проведи анализ сделанных пометок. Так ты сможешь выявить утечки времени, их причины и предложить пути их устранения. При этом планировании надо учитывать расстановку дел по важности, времени суток и дням недели и свою физиологическую активность. А теперь предлагаем пошаговый список, который в результате призван помочь тебе воплотить в жизнь свои грандиозные планы:

- определи свои цели на длительный период;
- на их основе построй систему планирования времени, которая поможет до-

стичь поставленных целей как можно быстрее и эффективнее;

- попытайся выявить свои сильные и слабые стороны;
- научись составлять

планы распределения времени, учитывая твои стиль жизни,

«Человек только тогда хозяин времени, когда разбивает он время на часы, минуты и секунды, то есть на частицы, соответствующие кратковременности самой жизни человека».

Жан Анатоль Франсуа Тибо

привычки и предпочтения;

- рассортируй задачи в соответствии с твоими приоритетами;
- навсегда покончи с хроническими

опозданиями и хаосом в делах;

- научись придерживаться строгого расписания, оставив себе достаточно свободы и гибкости.

Советы экспертов

Но если и это делать недосуг, я сделала все за тебя. Итак, идеально распланированный день глазами диетологов, психологов и специально приглашенных мастеров распределения времени.

Звездный эксперт, солист группы «Дрозды» Виталий Карпанов:

Мне сложно прокомментировать этот материал, потому что я так не живу и не представляю таких людей рядом с собой. Но, наверное, это очень хорошее качество — нигде не опаздывать и придерживаться графика. Людей, которые живут по расписанию, очень мало. Мне кажется, что среди представителей творческих профессий, вроде художника или музыканта, таких вообще нет и быть не может. Потому что расписание, на мой взгляд, это изначально строгие рамки, а в творческих делах рамки нужны только для



Фотограф: Эльвара Валенто

спиртного. В любом случае, лежа на диване, никаких результатов не достичь. Каждый человек должен иметь цель, а достигать ее с графиком, расписанием по минутам, или свободным, плавающим — это все очень индивидуально. Тот молодец, кто достигает своих мечтаний.

План будничного дня от Юлии Орбченко, инструктора по спорту

При малоподвижной учебе можно воспитать свои силовые способности методом изометрических усилий. Сущность метода заключается в напряжении мышц, которое не сопровождается внешними движениями. То есть ты можешь получать определенную физическую нагрузку, не вызывая удивленных взглядов у одноклассников.

Правильный режим предполагает заботу о своем физическом, эмоциональном и духовном состоянии.



Мнение психолога:
Руслан Петрович Попок

Чувствовать себя успешным и уверенным в себе — это просто. Главное научиться пользоваться временем. Несколько моих советов, которые спасут тебя от хронической «нехватки» минут.

1 Распредели рабочее время, расставь приоритеты.

2 Установи для себя режим дня. Начни с малого. ложись спать в одно и то же время, делай зарядку.

3 Найди для себя позитивный лозунг. Это психологическая уловка. Любое высказывание известного человека, твой собственный тезис или поговорка могут стать сигналом. С момента произнесения лозунга ты начинаешь действовать.

4 Не планируй исключительно учебу (работу), обязательно оставь время на отдых и определись, каким он будет.

5 Найди в своей повседневной работе творческую составляющую и сделай ее значимой. Творить всегда увлекательно.



6.45 – Проснись и позволь себе 15 минут поваляться

в постели. Вспомни и вновь прокрути в голове приятные сны.

7.00 – Прими душ, используя легкое средство-скраб или мягкую мочалку.

Вообрази, что смываешь с себя все проблемы, скажи себе что-нибудь приятное и ободряющее.

7.15 – Вкусный завтрак: омлет со шпинатом, например.

7.30 – Включи музыку и начинай чистить зубы. Чисти зубы как раз столько, сколько звучит одна мелодия.

8.00 – Спеш на учебу. Используй время, проводимое в дороге: в общественном транспорте почитай хорошую книгу.

! Держи книгу на весу – так будут подкачиваться мышцы рук. Почувствовав усталость, сделай повороты головы влево и вправо поочередно. Внимание: нельзя делать круговые движения головой – от этого стираются шейные позвонки.

10.00 – Перемена? Самое время сделать перерыв на легкую утреннюю гимнастику. Встань и пройдишь по помещению – это позволит тебе размяться и сбросить немного калорий.

! Сидя за столом, положи руки на крышку стола ладонями вниз. Сильно надави на стол сверху. Продолжай, пока руки не устанут. Повтори упражнение, только теперь руки должны находиться под столом. Надавливай ладонями, якобы приподнимая крышку. Продолжаем комплекс: одна рука ладонью вверх под столом приподнимает крышку, вторая надавливает ладонью на поверхность стола.

11.00 – Перекуси: можно съесть яблоко.

13.00 – Побалуй себя салатом, шоколадом.

16.00 – После учебы, если есть возможность, немного вздремни. Специально проведенные исследования показывают, что 15-20 минут сна в течение дня улучшают внимание, память и снимают усталость. После сна с новыми силами возьми за учебу.

! Сидя на стуле, выпрями и подними левую ногу, держи ее на весу, пока она не устанет. Повтори упражнение уже для правой ноги.

17.00 – Не борись с вполне естественным желанием перекусить: съешь 2 кусочка хлеба из муки грубого помола, выпей сока или зеленого чая. Хотя медики и утверждают, что перекусывать на ходу вредно, есть примеры, опровергающие эту точку зрения.

Ласточки, например, питаются в полете: раскрыв клюв, они собирают в воздухе насекомых.

17.30 – Не отрываясь от учебы, делаем небольшой комплекс упражнений.

! Сидя на стуле, надави рукой на внешнюю сторону бедра посередине. Нога при этом должна контролировать давление руки. Прodelай то же самое, но теперь надавливай на внутреннюю поверхность бедра.

18.30 – Зайди в магазин за овощами и рыбой для вкусного ужина.

19.00 – Ужин, после которого можно вновь взяться за дело.

! Пусть с тобой всегда будет бутылка с минеральной водой – так легче будет выпивать рекомендованные 8 стаканов жидкости в день.

21.30 – Наведи порядок на столе, распланируй дела на следующий день.

22.00 – Время для «ничегонеделанья».

Это залог твоего психологического здоровья. Не пили себя по поводу нерегулярных занятий спортом

и неправильного питания, прими душ, послушай любимую музыку, полистай альбом с фотографиями.

22.30 – Пора спать. Недостаток сна отрицательно сказывается на работе иммунной системы.

В исполнении плана может помешать спешка. Существует даже мнение, что кульминацией торопливости является положение, когда времени хватает только на то, чтобы успеть расположить дела в порядке их срочности и важности. Некоторым людям нравится, что к ним пристала печать современного «торопящегося» человека. Не попадайте в эту ловушку, правильно используйте временные рамки, чтобы жизнь была полной здоровья, радости и приятных эмоций. А когда день пролетает незаметно и кажется, что ты ничего не успел за это время, становится плохо почти физически. Учеными доказано, что состояние хронического стресса может сделать человека чувствительным к изменениям погоды. У тех, кто измучен стрессом, формируются различные заболевания. Жизнь с «устаканенным» графиком весьма комфортна, но я вовсе не призываю ограничивать себя. Прежде всего, ты человек, и если тебе доставит удовольствие поедание шоколада (который все же лучше заменить легким фруктовым салатом) перед телевизором – побалуй себя, но знай меру. Радуйся жизни, и пусть твое время имеет вид двусторонней вещи, обе стороны которой поражают мир своими красками.

ЦИФРЫ ОДНОГО ДНЯ

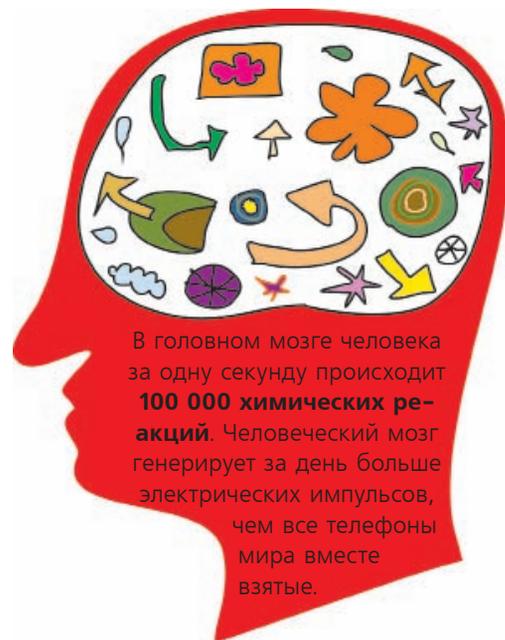


Через струю воды шириной в иголку вытекает примерно **840 литров воды** в сутки.

Требуется целый день усердной работы, чтобы собрать виноград всего на **ОДНУ бутылку вина** Trockenbeereauslese – этот сорт ягод очень редкий.



За день через сосуды мозга протекает **5 000 литров крови**.

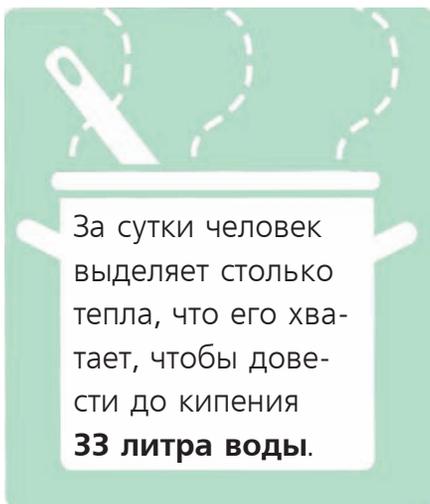


В головном мозге человека за одну секунду происходит **100 000 химических реакций**. Человеческий мозг генерирует за день больше электрических импульсов, чем все телефоны мира вместе взятые.

Человек, который выкуривает 20 сигарет в день, выпивает **ПОЛЧАШКИ смолы в год**. Отличная причина для заядлых курильщиков задуматься: а стоит ли?

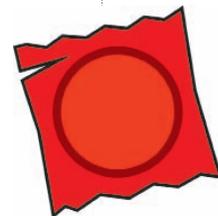


За день во рту образуется примерно **1,4-1,5 литра слюны**. Скорее всего, у студентов в период учебы эти цифры увеличиваются в два, а порой и в три раза.



За сутки человек выделяет столько тепла, что его хватает, чтобы довести до кипения **33 литра воды**.

Миротворцы ООН, служащие в Конго и Сьерра-Леоне, получают каждый день в составе довольствия **один презерватив**. Что ни говори, а безопасность прежде всего – и здесь ООН впереди планеты всей.



Взрослый человек делает приблизительно **23 000 вдохов** и выдохов всего за один день.

7% американцев ежедневно питаются в ресторанах MacDonalд's.



Каждые сутки на нашей планете появляется **250 тысяч младенцев**. Это означает, что каждую секунду мир своим первым криком оглашает три новых человека.

Мужчина, каждый день по утрам перед уходом на работу целующий свою жену, имеет **более высокий доход** в сравнении с теми, кто этого не делает.

Евгений Евтушенко: «Когда в человеке умирает любопыт- ство, жить незачем»

Возможно, нам слишком сильно повезло — мы поговорили с Евтушенко. Это не только поэт, но и режиссер, документалист, политик, актер и философ. Человек с большой буквы. Сейчас он с семьей живет в Соединенных Штатах, преподает в американском университете русскую поэзию по собственному учебнику.

Евгений Александрович, как научить любить литературу?

Не стоит воскрешать старые традиции. Если учитель бьет ленивых учеников линейкой по рукам, у них возникает чувство протеста. Но желание учиться пропадает вовсе. Мы теряем те замечательные советские традиции, когда при газетах организовывались литературные объединения, когда молодежь выступала на заводах, в парках, библиотеках и школах. Я ведь в 16 лет начинал с этого. Молодая поэзия маргинализируется. В США около 30 лекционных бюро, которые организо-

вывают встречи писателей с читателями, а ведь это советская традиция. Я давно говорил, что вместо того, чтобы заимствовать все плохое с Запада, необходимо сохранять все лучшее, что было в Советском Союзе. Вы посмотрите, что делается на телевидении при встрече Нового года. Это просто кучка людей, которая захватила экраны. Я не раз говорил и писал об этом. Я хочу, чтобы начинающие литераторы усвоили одну вещь. Альберт Камю писал: «Любая стена — это дверь». Нет непробиваемых стен. Вы должны своим воображением, энергией, как лазером, пробивать любую замшелую стену.

цы, которые любят русскую литературу, любят Пушкина, Ахматову, Блока, Цветаеву, да мало ли кого. Они никогда (я отвечаю за многих студентов, которых я выпустил) не позволят себе высокомерно относиться к нашему народу.

Вы преподаете в Америке по собственному учебнику «Антология русской поэзии». Как студенты мотивируются, зачем им этот курс?

Никак. Мой курс доступен для любых студентов. Но это не во всех университетах так. В университете города Талса (Оклахома) около 10 тысяч студентов. Там есть и инженеры, и врачи, и компьютерщики. Я ввел курс кино. Открыли целый факультет, и читают американское кино.

Я читаю кино европейское и русское. Ко мне приходят студенты из школы и прямо признаются, что не видели ни



Почему Вы выбрали для работы США, а не Европу?

Я впервые в Америку приехал в 60-е годы. Ведь воспитан я не только на европейской литературе, но и на американской тоже. У Михаила Задорнова, моего хорошего друга, спрашиваю: «Почему ты постоянно говоришь фразу: «Эти тупые американцы?» Там ведь разные люди. Там есть интеллигенция — люди, которые никогда не пойдут смотреть Шварценеггера и прочую муть. Люди, которые борются за души студентов. Потому что американ-

СОЦПРОС

Вы знаете, кто такой Евгений Евтушенко?

«Не имею представления».

Продавщица книг

«Поэт».

Продавец кваса

«Конечно, знаю. Я учитель русского языка и литературы»

Учитель русского языка и литературы

«Депутат?»

Парень, 20 лет

«Это известный телеведущий. Какая-то музыкальная программа, кажется...»

Девушка, 15 лет



одного иностранного фильма. Если студентам нравится русский фильм, то после просмотра они подходят ко мне, жмут руку и благодарят. Это мне приятно. Самый высокий рейтинг у фильма «Летят журавли». «Холодное лето 53-го» — очень сложный для понимания фильм. Но ребята в конце ленты сидели и плакали. Это трогает. Я им преподаю хороший вкус. Нашел фильм, который сразу меняет восприятие — это итальянский фильм 1948 года «Похитители велосипедов». После него мои студенты становятся другими людьми.

Вы знакомите студентов с современным российским кино. Какие у них впечатления?

Показал им фильм «Ночной дозор» — ничего плохого о нем я не говорил, но встал огромный темнокожий парень и сказал: «Мистер Евтушенко, я от всех

моих товарищей прошу остановить эту третьесортную голливудчину». Я с удовольствием сделал это.

О Беларуси

Я очень рад, что снова нахожусь на белорусской земле. Это замечательное государство, где живет много хороших людей и преданных зрителей.

О белорусской эстраде

Мягко скажу, что тексты исполняемых песен в большей части непрофессиональные. Это развращает вкус молодежи. Нужно приглашать хороших писателей, поэтов, прозаиков. Показывать молодых белорусских авторов. Мы должны учиться друг у друга и учить молодое поколение.

Главное, помочь воспитать хороший вкус. А это дело классической литературы и высокого искусства.

ФАКТЫ

Мальчиком 12-13 лет Евгений Евтушенко принес в редакцию «Молодой гвардии» тетрадку со своими стихами. Когда литературный консультант раскрыл ее, то он наморщил лоб и сказал: «Мальчик, а почему твой папа не пришел сам с этой тетрадкой, а прислал тебя?»

В 1948 году Евтушенко исключили из школы с волчьим билетом (по подозрению в краже школьных учебников). В Литературный институт поэт поступил без аттестата зрелости — с помощью своей выпущенной первой книжки.

Евтушенко побывал на всех континентах, кроме Антарктиды — он посетил около 100 стран.

В 1994 году именем поэта была названа малая планета Солнечной системы — 4234 Evtushenko, диаметр 12 км, минимальное расстояние от Земли 247 млн. км.

Поэт одевает абсолютно не сочетаемую одежду яркого цвета, не обращая внимания на тенденции моды, и отвечает с юмором на небылицы в свой адрес. «Я вырос среди военных ватников в Сибири, среди солдатских ушанок, я очень люблю яркие цвета и это мое дело, в чем ходить», — говорит Евтушенко.

У Евтушенко пятеро сыновей: Петр, художник; Александр, журналист; Антон работает в Англии; Евгений и Дмитрий, учатся в средней школе в США.

ВЫБОР СЕРГЕЯ ДОРОФЕЕВА

Удивляющий интонациями и порывистой речью, непринужденный в общении и культурный — таким Сергей Дорофеев предстал предо мной во время интервью. С его насыщенным рабочим графиком сложно было найти и 25 минут для беседы. Но он сдержал слово — и разговор состоялся. На экране молодой журналист блещет эрудицией, попадает в цель метким словцом, а в жизни он... такой же! Человек со своими принципами, правом на ошибки и счастье. Он рассказал о том, какие преграды были на его карьерном пути, и поделился мыслями о будущем.

20 лет назад

В детстве за книгами день и ночь не сидел. Как каждый нормальный ребенок... за мячом гонял, даже какой-то сарай у соседей поджег (улыбнулся). Я расставлял приоритеты так, что всему уделял время: и шалостям, и учебе. Усердно занимался физикой и математикой — в школе из нас готовили авиаинженеров. Но после выпуска захотел связать свою жизнь с радио.

10 лет назад

Учился в БНТУ... О чем ни капли не жалею: у любого мужчины должно быть техническое образование. К тому же точные науки развивают логическое мышление. В 1998 году был мой первый эфир на «Мире», потом «Альфа

Радио», а чуть позже — «UNISTAR».

Я не попал на радио, я туда пришел.

И для этого приложил много усилий.

А шанс испытать себя дала Александра Васильевна Мельникова (тогда — главный редактор радиостанции «Мир»).

Кроме желания ничего у меня и не было — ни опыта, ни знаний. А этот человек просто поверил... Благодаря ей за это буду всегда.

5 лет назад

Никогда не делил журналистику на электронную или печатную. Журналист должен быть универсальным. Говорю себе это постоянно. Наверное, поэтому в свое время перейти из радио-

в телеэфир было не сложно.

1 год назад

Продолжал вести «Наше утро» на ОНТ, все так же работал шеф-редактором этой программы. Как у любого журналиста — постоянно какие-то новые

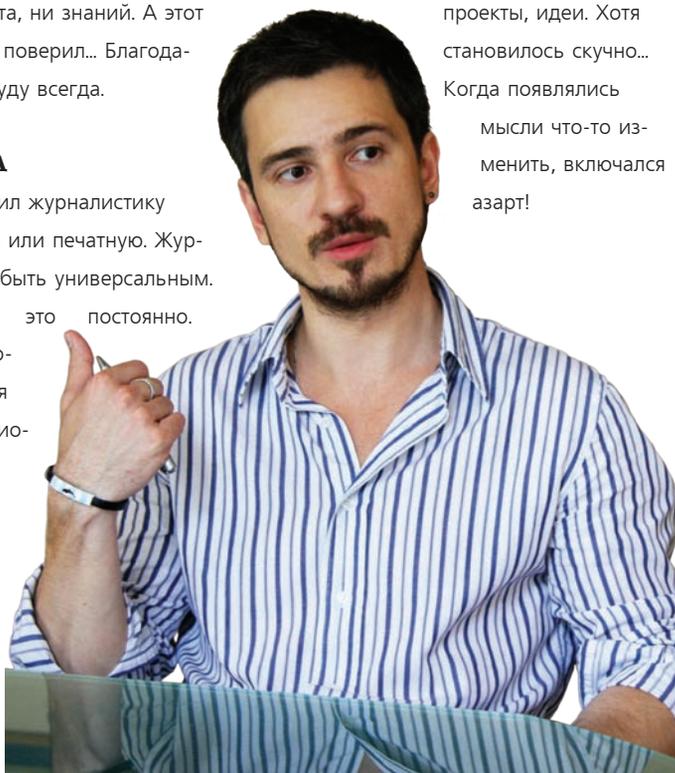
проекты, идеи. Хотя становилось скучно...

Когда появлялись

мысли что-то изменить, включался азарт!

О работе

Работаю не ради внимания. Журналист работает на аудиторию, а ей нужна информация. Информация не бывает полезной или вредной. Она самоценна... и точка. Да, в работе телеведущего есть элемент тщеславия. Кого-то оно съедает, а кто-то смотрит на него и посмеивается. Я из второй группы.





О критике

Если она оправдана, обязательно прислушиваюсь. Но если слышу критику, не имеющую под собой никаких оснований, делаю вывод, что человек хочет преуспеть за счет моей личной или профессиональной жизни.

Сегодня

Продолжаю заниматься утренним вещанием, еще добавился «Выбор». Все время — работе. Вопросов, которые надо решить, много. Даже поймал себя на мысли: неплохо было бы в штатном расписании иметь человека, который бы напоминал о делах, планировал встречи.

Через 5 лет

Уехать из Беларуси? Думал. Уехать за новыми знаниями... Если есть интересные выгодные предложения, почему от них надо отказываться? Другое дело — так ли там хорошо, как рисуют? Не факт... Везде есть свои плюсы и минусы.

Через 20 лет

Работаю для того, чтобы эта история имела продолжение. Не хочу фантазировать, это дело неблагодарное. Вот прочитают Ваш журнал через лет 20 и скажут: «Ну и что из того, что он сказал, сбывлось?» «Вот такие дела...» — произнес Сергей как завершение. И побежал трудиться,

“ Когда берешься за дело, нужно выполнять его с полной отдачей. От этого зависит и личная репутация, и репутация компании, ”

Через год

Нормальный журналист и продюсер должен постоянно учиться, смотреть, как работают коллеги, сравнивать. В ближайшем будущем появятся новые проекты... Это все что могу ответить на вопрос о перспективах. Подробности приводить пока не хотел бы.

Через 10 лет

Я адекватен и понимаю, что планы — это одно, а жизнь — совсем другое. Да, много хотелось бы, но не люблю загадывать. Посмотрим, как будут развиваться события. Главное — идти вперед. Не лицемерить.

достигать целей и жить той жизнью, которая нравится ему даже со всеми минусами.

О времени

Профессия такая: если уж впрягся, то и днем, и ночью, и в выходные, и в отпуске — постоянно думаешь о работе.

О студентах

Самые разные ребята. Кто-то пришел в вуз учиться, а кто-то — за дипломом о высшем образовании. Хочу бывать в компании первых...

ФОТОГРАФИЯ

Дебютанты рубрики «Новые лица» — Настя Сергиеня и Толя Хомич. Не станем обращать внимания на старушек, веселящих друг друга разговорами о безынтересной, безыдейной и безнадежной современной молодежи. Настя и Толя познают искусство классическое и творят свое собственное.



Представьте и назовите слово, которое вас характеризует:

Н: Настя, красивая девочка.

Т: Толя, фотограф.

Где вы сейчас учитесь?

Н: На факультете философии и социальных наук БГУ на рекламщика-пиарщика. Хотела сначала идти на политологию, юридический факультет.

Но потом эта специальность показалась мне слишком чопорной. Я решила, что ФФСН мне больше подойдет. Это творческий факультет.

Т: В следующем году буду поступать на кинооператорство. Набор — раз в четыре года.

Какой этап нужно пройти, чтобы можно было считать себя мастером фотографии?

Н: Мне кажется, когда зарабатываешь фотографией. Это уже можно считать профессией. Когда это просто увлечение, ты не можешь считаться специалистом, это просто хобби.

Как вы познакомились?

Т: Первый раз мы увиделись дне рождения общей знакомой.

Н: Я была там с другим парнем. Так получилось, что мы с Толей ехали в одном вагоне. Он ехал с другом. Мне они показались странными ребятами:

так смотрели, будто ненавидят нас. А потом на выставке мы с подругой подошли к ним, поздоровались. И оставшиеся полдня я говорила подруге: «Они точно не хотят с нами общаться».

Толя, почему ты так странно реагировал?

Т: Да нет, я нормально смотрел. Просто ко мне обычно красивые девушки не подходят. Я удивился и подумал: «Ой!»

А кто первым начал заниматься фотографией?

Т: Я. Первый раз просто взял зеркальный фотоаппарат. Купил пленку и решил попробовать снимать. Особого

желания продолжать фотографировать не было. Потом как-то заинтересовался, купил новый фотоаппарат. Сначала пленочный, потом цифровой. Два года назад где-то.

Н: Я начинала фотомоделью. Впервые я сделала снимки на Толин фотоаппарат, мне это понравилось. И подумала: а не попробовать ли мне всерьез заняться фотографией? У меня много друзей и хороших знакомых, которым я бы могла дарить запечатленные мгновенья. И тогда купила пленочный фотоаппарат, с которым не разлучаюсь до сих пор. Я фотографирую всего полгода, но мне кажется,

что уже достигла хороших результатов. Конечно, если бы не Толя... Он мне очень помог.

Что лучше: цифра или пленка?

Т: Цифра — количество, пленка — качество. У меня сначала был пленочный фотоаппарат, потом цифровой, но он сломался.

Н: Да, это я его сломала. Мне предложили работу в ночном клубе — фотографировать вечеринки — за два часа до начала. Я взяла Толин фотоаппарат. Вспышку нашла у своего старого знакомого, фотографа со стажем. Приехала в клуб, сделала пять снимков, и фотоаппарат сломался. Но Толя — молодец, даже ничего на это не сказал.

Вы сейчас больше фотографируете на заказ или для себя?

Т: Почти все для себя.

Н: Я фотографирую людей, которые меня окружают, обязательно делаю для друзей и приятелей несколько кадров, чтобы потом подарить. Фотосессии платные, потому что они требуют много расходных материалов.

Но я не зарабатываю на этом.

Кроме фотографии, какие у вас увлечения? Одинаковые вкусы относительно литературы и кино?

Н: Недавно попросила Толика скачать мне все серии диснеевского «Винни-Пуха». Так хочется этот мультфильм пересмотреть! Толя сказал: «А не много ли тебе будет?» (Смеются). Но я все равно его заказала. А так еще ходим в клубы, на вечеринки.

Т: Да, но я не люблю все эти клубные тусовки, а вот Настя...



“Нельзя быть односторонними,”

Н: Я хожу в некоторые клубы, потому что знаю, что там можно расслабиться, пообщаться с друзьями.

Т: Мы часто ходим на концерты. Посещаем выставки. Очень любим Купаловский театр.

Н: Стараемся во всех областях находить себя. Нельзя быть односторонними. Нужно общаться с разными людьми, находить к ним подход.

Настя, расскажи о конкурсе Epson, на котором твое фото вошло в число победителей.

Н: Портрет, отмеченный жюри этого конкурса, был сделан на мою самую первую пленку. Портрет Толика. Он же и рассказал мне про конкурс. Я послала пять работ, и из них выбрали эту одну. Меня пригласили на мастер-класс в Москву. И я поехала. Войти в число победителей такого конкурса, как Epson, мне кажется хорошим результатом. Но все благодаря Толику.

Всегда ли прислушиваешься к критике на таких мастер-классах?

Н: Я не всегда слушаю критику. Была на двух мастер-классах. Люди, которые учат фотографии, говорят одно и то же.





Я подумала, что если все их советы воплощать в жизнь, у меня получатся скучные снимки. Они будут шаблонны. Несмотря на то, что все говорят, что уже нельзя ничего открыть нового ни в фотографии, ни в живописи, я думаю, что у каждого фотографа должен быть свой стиль.

Какое место в вашей жизни занимает Интернет?

Н: Я очень радуюсь, когда у меня нет доступа к Интернету. Обычно он отнимает три часа в день. Это социальные сети, Photoclub, куда можно закидывать свои фотографии, почта. Интернет необходим, но я иногда от него очень устаю.

Какие самые запоминающиеся подарки, сюрпризы вы друг другу делали?

Т: Совсем недавно отмечали годовщину наших отношений. Я гулял в торговом центре, там распродажа была. Вдруг увидел классные кеды! Позвонил Насте. Вскоре она была рядом. Чтобы их не утащили, я подарил их раньше праздника.

Н: А Толя как-то подарил мне диско-шар. Теперь, когда



светит солнце, у меня вся комната в веселых зайчиках.

Какой фильм является эталоном для вас?

Н: Таких много. Из новинок — «Загадочная история Бенджамина Баттона». А недавно я открыла для себя мультфильм, который никогда не понимала, — «Ежик в тумане». Теперь часто пересматриваю его. Там есть фраза о том, что он идет в гости на чай с малиновым вареньем. От нее хочется радоваться и взлететь.

Какие у вас есть яркие совместные проекты помимо фотографии?

Н: Сейчас много фестивалей короткометражных фильмов. Зимой мы снимали свой фильм о буднях обычного человека. Толик играл главную роль. Забавно было снимать его ногу, которая вылезает из-под одеяла (улыбается).

Т: Это черно-белый фильм. В конце ленты персонаж приходит на вокзал. И оказывается, что толпа серая, а он цветной.

Фотоконкурс Epson

«Моя лучшая фотография» проходит с декабря 2008 по декабрь 2009 в 4 этапа. Каждый этап посвящен одной из четырех тем: пейзаж, портрет, жанр, съемка объекта. Работа Насты Сергиени была отмечена на втором этапе.

Это конкурс для энергичных фотографов, стремящихся к творческому и профессиональному росту, к созданию фотографий, сочетающих в себе особый взгляд на мир и грамотное техническое исполнение.

При подготовке материала использовались фотографии Никиты Елагина, Насты Сергиени и Толи Хомича.

Как правило, работодатели читают резюме всего один раз. И, как они откровенно признались, через строчку. Казалось бы, форма у этого документа стандартная. Но одни резюме автоматически отправляются в мусорную корзину, а другие заставляют менеджера отдела кадров взять телефонную трубку и набрать номер кандидата. Единственно верного рецепта составить резюме не существует – многое зависит от компании, в которой ты хочешь работать, и от должности, на которую ты претендуешь. Цель у любого резюме одна – добиться, чтобы работодатель встретился с тобой лично. Но как правильно написать этот небольшой текст, чтобы незнакомый человек узнал, что ты заслуживаешь этого собеседования?

Как не стать менеджером "продажного отдела"

О форме

Большинство резюме состоит из следующих разделов: образование, опыт работы, а также личные качества и навыки. Не стоит забывать указывать контактную информацию, которая позволит связаться с тобой. Также следует сделать небольшие пометки над номерами телефонов, чтобы было понятно, какой из них сотовый, а какой домашний. Слово "Резюме" писать не следует. Лучше напиши крупными буквами по центру сверху свою фамилию, имя и отчество.

В разделе «Личные качества» опиши только те, которые важны именно для выбранной тобой работы. Если ты владеешь знаниями в компьютерных программах, знаешь иностранные языки, быстро набираешь тексты или у тебя есть водительское удостоверение – не забудь упомянуть такую важную информацию.

Великий и могучий должен быть без ошибок

Безграмотное резюме – уверенный путь к неудаче. Орфографические и пунктуационные ошибки не добавят тебе плюсов и убедят работодателя, что тебя лучше отправить в школу,

нежели брать в компанию. Выход можно найти из любой, даже самой сложной ситуации. Если русский язык у тебя «хромает» – попроси знающего человека проверить текст.

Никогда так не делай

☒ Если в объявлении о вакансии не было особого требования, не присоединяй к резюме рекомендательные письма, копию вкладыша диплома или сертификатов, фотографию и не включай свои физические данные.

☒ Ты решил попробовать себя в новой сфере, и у тебя нет опыта работы? Нужно красиво обойти этот момент, не стоит слишком сильно напирать в разделе «Личные качества и навыки» на свою быструю обучаемость и открытость новому опыту. В резюме студента это читается примерно так: «Я ничего не умею, но готов научиться, если мне заплатят».

☒ Не ври – скорее всего, представится возможность показать все сказанное на деле. Чтобы не попасть впросак и совершить как можно меньше ошибок, поговори с человеком, который уже долгое время работает по такой специальности. Можно найти его в интернете.



Секрет успешного резюме

☞ Чтобы написать хорошее резюме, узнай как можно больше об организации, в которую хочешь устроиться.

☞ Оформляй резюме в одном стиле, который легко читается.

☞ Избегай слишком сложных фраз и терминов, значение которых мало кому известно.

☞ Не используй местоимение «я» и указывай точные данные. К примеру, «я помогал уменьшить ошибки» лучше перефразировать – «сократил ошибки на 15%, не стесняйтесь говорить о достижениях и заслугах – «чем сэкономил фирме \$50 000»».

«Цитаты» из резюме

- Исчу работу секретаря-референда
- Менеджер продажного отдела
- Заместитель директора
- Есть опыт ликвидации предприятия
- В общем, от этой работы у меня и окружающих всегда поднималось настроение
- Поиск и обаяние клиентов
- Сидела на телефоне и размножала факсы
- Иностранный язык: капля английского
- Английский в стадии реконструкции
- Славянские (слабо, зато все)
- Немецкий и французский – читаю со словарем, но смысла не понимаю

Фотограф: **Виталий Бондаренко**
Модель: **Ирина Гончарик**
Косметика: **Frederic M**
Благодарим магазин **Versus**
за предоставленную одежду

Цветочный ветер

Все считают временем перемен весну. Но это совсем не так. UNITIME предлагает вам изменить что-то в своей жизни осенью. Оставьте радующие глаз цветочные принты, напоминающие о лете, но добавьте чуточку осенней прохлады и дымчатого тумана.



Платье **Mosaic**



Блуза, юбка **Ivo Nikkolo**

Блуза **Ivo Nikkolo**
Юбка **Monton**





Платье **Monton**



Такое привычное для нас сегодня слово «манекен» имеет совершенно необычное значение в других языках: на французском — «истукан, уродец, карлик», а на голландском — «человек». В русском языке — это кукла с подвижными руками и ногами, которую художники используют для зарисовок моделей одежды.

От сундука до витрины бутика

История манекена берет свое начало в XIV веке до н.э. Представьте, в это время в сундуке Египетского фараона Тутанхамона была найдена деревянная фигура — прообраз манекена. Эта вещь понадобилась и на других континентах. Спустя несколько веков шаолиньские монахи выстроили целую аллею деревянных манекенов. В Европе манекен появился в 1573 году. Его создал итальянский монах Сан Марко. Кукле дали имя — «Маничино» — по названию материала, из которого она была сделана. Вскоре деревянная фигурка оказалась во Франции, Нидерландах, где ее окрестили манекеном. Одна удивительно сообразительная портниха из Парижа придумала кукле занятие. Умелица стала использовать ее для демонстрации новых фасонов одежды. Идея оказалась нужной людям, а пример швеи — заразительным!

Признание приходит не сразу

В 1894 году в Париже впервые появились манекены из воска. Но им было далеко до совершенства — тяжелый

Немая звезда моды, или Магия манекена



Сегодня манекены не только демонстрируют одежду, но и становятся визиткой модных брендов. Подобно тому, как художники подписывают свои картины, дизайнеры «оставляют след» на манекенах. У Chanel — черные манекены абстрактных форм, Versace узнается по золотому рельефу, Victoria's Secret любит модели, обтянутые бежевым льном.

Во время Второй мировой войны материалов катастрофически не хватало, поэтому девушкам-манекенам чуть ли не вдвое укорачивали ноги. Сегодня эта часть тела – неоспоримый козырь модных кукол. Высокий рост и длинные ноги манекенов – стандарт, который производители не хотят менять. Сегодня манекены не только демонстрируют одежду, но и становятся визиткой модных брендов. Подобно тому, как художники оставляют свои подписи на картинах, дизайнеры «оставляют след» на манекенах. У Chanel – черные манекены абстрактных форм, Versace узнается по золотому рельефу, Victoria's Secret любит модели, обтянутые бежевым льном. Almax (Италия), Hingsgaul (Дания), Manex (Франция) уже продают свои творения жителям планеты по Интернету.

вес, прихотливость к погодным условиям. Манекены плавилась на жарком солнце летом.

Макияж не просто портился, а стекал бурно-фиолетовой массой. Зимой куклы покрывались трещинами.

Триумфальное шествие по миру индустрии моды манекен начал в 1930 году в Нью-Йорке. Тогда он был громоздким чучелом из гипса или папье-маше, дерева или тряпок. Спустя полвека манекен обрел идеальную форму, стал полноценным изысканным жителем

мира моды. Даже куклы Барби своим появлением в 1959 году в США во многом обязаны манекенам: они скопировали их формы.

Не бойся, я пластмассовый

Я иногда шарахаюсь от этих человеческих прототипов в пластмассовом обличье, особенно, если они неожиданно появляются, когда идешь по магазину. Бывает, заденешь эту куклу нечаянно, а она возьми да и рухни на кафель... А какие правдоподобные позы у этих моделей человека! Сложно бывает издали отличить манекен от парня или девушки. Однажды я чуть не поздоровалась с галантным пластиковым юношей в строгом костюме, который тихо стоял у входа в бутик, ожидая гостей, и робко улыбнулась стильной леди, которая растерянным взглядом смотрела на меня. Манекены такие же, как мы: блондины и шатены, смуглые и аристократично бледные. Правда, пластмассовые.

Молчаливый двигатель торговли

В детстве мы меняли старых кукол на новые, а когда выросли – занялись манекенами. Крупные дорогие магазины с каждой новой коллекцией позволяют себе украсить витрины новыми типажам, подобранными в соответствии с модными тенденциями.

В 2005 году компания Flower Robotics совместно с софтверной фирмой SGI Japan представили новую модель девушки-манекена под именем Palette. Эта кукла не только может двигаться, но и неприятно пытается копировать движения реальных покупательниц. Основой для создания робота

послужил собирательный образ самых известных супермоделей. У Palette нет лица, но у нее красивая форма и есть даже интеллект. Она проводит маркетинговые исследования среди покупателей. Без труда распознает пол, возраст, размер одежды и может отсканировать содержание сумок посетителя магазина.

В истории моды был удивительный случай, когда в Лондонский магазин Topshop поступила коллекция дизайнерской одежды. Новоиспеченную линию покупательницам демонстрировала самая востребованная супермодель мира Кейт Мосс. Причем весьма эксклюзивным образом: в своем фирменном красном платье она стояла за стеклом, как безмолвный манекен. Рядом с законодательницей стиля расположились ее коллеги, также изображавшие модных кукол.





HANDmade

Детсадовский ПОП-арт

Все мы, когда были детьми, делали открытки с поздравлениями маме, лепили из пластилина человечков, вырезали что-то забавное из цветной бумаги. Получалось не очень-то аккуратно, зато оригинально и с любовью. Мы выросли, но не потеряли желания творить. Теперь это занятие называется handmade.

Свое развитие handmade получил после того, как в XX веке наладили конвейерное производство скучной однотипной продукции массового потребления. Люди устали ходить в одинаковых вещах, покупать такую же мебель, как в соседнем доме, и потянулись к чему-то неординарному, эксклюзивному, новому. Мы можем создавать необходимые вещи своими руками, фантазировать и творить.

Handmade или craft Дословный перевод с англ. – «сделано вручную».

В студенческой среде handmade занял достойную нишу. Юноши и девушки рукодельничают не только для того, чтобы подчеркнуть свою индивидуальность. Иногда это занятие помогает им сэкономить приличную сумму.

Татьяна Тычина, студентка Института журналистики, а по призванию дизайнер, решила поделиться с нами своей идеей создания настенных полок. Однажды вечером, сложив на полу возле кровати все учебники, журналы (больше не куда было их разместить), я отправилась осматривать достопримечательности своего района. Голова была занята мыслями, как бы оригинальнее и практичнее обустроить новую комнату. Нужны были полки для книг. Когда проходила мимо детского сада, меня осенило: там всегда полно мебели, которую могли списать. Вдруг я выберу что-нибудь для себя? Я зашла внутрь. Книжных полок мне, конечно, не выдали по первой просьбе, зато домой я ушла, волоча за собой крохотные разноцветные детские стульчики. Три маленьких деревянных предмета

мебели были покрыты плесенью, но, несмотря на это, оказались довольно прочными.

Маленькие стулья подошли на роль полки отлично: на сидения можно было класть книги, ставить любые свои «сокровища», а между перегородками стульев прекрасно помещались журналы, свернутые в рулон плакаты, чертежи.

Предметы оказались функциональными, но хотелось сделать их красивыми. И я решила прибегнуть к методу декупажа.

Первым делом я определила цвет полок и рисунки, которые должны на них появиться. Тебе знакомо творчество Энди Уорхола? Его известный портрет Мерилин Монро, где девять лиц актрисы разных цветов размещены на одном листе бумаги? Именно этим изображением я решила украсить свои

Декупаж – это декоративная техника по ткани, посуде, мебели, заключающаяся в скрупулезном вырезании изображений из различных материалов (дерева, кожи, тканей, бумаги), которые затем наклеиваются или прикрепляются на различные поверхности для декорирования.



+



+



=



полки. Кроме того, подвернулась еще одна работа господина Уорхола – портрет Мао Цзэдуна.

«Массовая продукция, сделанная с помощью механических машин, ведет к деперсонализации, апатии и другим социальным болезням».

Рудольф Штейнер

Эти шедевры несложно было скачать из Интернета и распечатать на цветном принтере.

Следующий этап работы – наклеивание изображений. Для этого пригодились ножницы, клей ПВА и большая кисть для него, таз с водой. Не забудь о позитивном настроении!

Окунула бумагу в воду, приклеила рисунки к стульям. Излишки клея по краям портретов создавали впечатление небросовой работы, но я быстро от них избавилась. И принялась красить ножки стульев. Баночка белого акрила, большая кисть с синтетическим волокном – и стульчики как новенькие! Правда, нужно запастись терпением. Акрил наносится в три слоя с перерывом в 4 часа.

Когда краска высохнет, стул нужно полностью покрыть лаком. Это несложно. Глянцевый акриловый лак прекрасно подошел для моего маленького произведения искусства. Обработка лаком – завершающая. Осталось разместить стульчики. Я повесила их на стену, как и полагалось, вместо полок.

По такой схеме можно сделать что-то совершенно другое, необычное и нужное. Главное, что сам процесс – занимательное занятие. Порадуй себя – найди время для handmade.



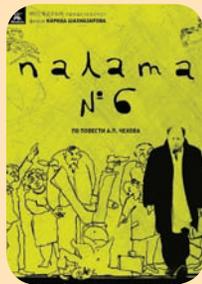
Смотрите сами



13-й район: Ультиматум (Франция)

В движении

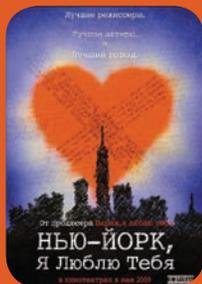
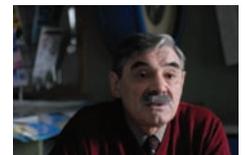
Фильм 2009 года. Вторая часть. То же место, два года спустя. Стена, отделяющая неблагополучный пригород от столицы, стала больше, выше. Она отчеркнула от цивилизации еще больше кварталов. По эту сторону стены правят пять банд, контролирующих этнические районы. Спасать Париж от хаоса снова приходится Лейто и Дамьену — настоящим киногероям, которых так не хватает в жизни. Боевик захватывает неожиданными поворотами событий. Любители острых ощущений не должны пропустить этот фильм.



Палата № 6: Дама пригласила кавалера (Россия)

Пофилософствуй, ум вскружится!

Многообещающий русский фильм. Современная экранизация знаменитой повести А. П. Чехова. Главный врач провинциальной психиатрической больницы Рагин обнаруживает в одном из своих пациентов (Громове) человека с оригинальным мышлением, более того — собственной философией. В беседах с душевнобольным доктор видит безумие мира и скоро сам теряет рассудок. Кто может определить грань, за которой начинается безумие?



Нью-Йорк, я люблю тебя (США)

Люби все возрасты...

После успеха фильма «Париж, я тебя люблю», продюсеры решили снять еще один похожий фильм. Только на этот раз любовь они ищут в... Нью-Йорке, городе, где миллионеры делают свои состояния и также быстро теряют их, где живут десятки миллионов людей, большинство из которых чувствуют себя очень одиноко. Двенадцать пятиминутных фильмов на вечную тему сняла плеяда известных режиссеров и актрис мирового кинематографа, среди которых Скарлетт Йохансон, Натали Портман.





Кто «Там...» творил?

Мысли вслух о творчестве, которое нравится

Анна Борисова – открытие современной русской литературы. Вокруг этого имени рождаются слухи. Говорят, за этим псевдонимом стоит экспериментатор Борис Акунин.

Нет оснований сомневаться в престижном статусе писательницы: появление романа «Там...» создало ажиотаж на столичных книжных выставках. Всемирная сеть и сегодня пестрит откликами благодарных читателей, а такие популярные литераторы, как Людмила Улицкая и Януш Вишневский, с положительной стороны характеризуют творчество Анны Борисовой. Легкость письма, стиливое разнообразие, ясность сюжета – этим ее книги привлекают с первых строк. Анна Борисова – блестящий мастер прозы. В романе «Там...» обнаруживаешь «бульварный» слог. Ввести его

в серьезную литературу – осуществление творческого замысла писательницы. Возможно, такой ход Анны Борисовой поможет любителям Донцовой и Устиновой без труда переключиться на серьезную литературу. Искушенный в религиоведении человек увидит в книге «Там...» своеобразные кляксы. К сожалению, в правильности изложения посмертной участи героев книги есть нарекания. Раскрытие неправильно понятого догмата может вызвать негативные эмоции в среде ревностных католиков. А от описания загробной участи героев у ортодоксальных верующих произ-

вольно зашевелится волосы на голове. Не каждому приятно узнать, что наша планета – что-то вроде полигона для опытов внеземной цивилизации или что Земля – курсовая работа студента небесного Вселенского университета, за которую поставят «двойку». По большому счету, «Там...» – что-то вроде учебника по религиоведению, правда, в красивой художественной обработке. А кто видел идеальный учебник?.. То-то же. Всего знать – невозможно. Тем более о том, чего нам не положено знать.



Геймер (США)

Нет, студент, это фантастика

Действие фильма происходит в недалеком утопическом будущем. Высочайшее развитие нанотехнологий позволило технологическому гению, Кену Кастлу, соединить видеоигру с реалии-шоу. Он моделирует ультрафункциональную, мультиплеерную игру «Убийцы», которая стала средой обитания местных преступников.



Зеркало или мыло?

Чтобы правильно подобрать модель, необходимо определиться, для чего тебе нужна фотокамера. Если хочешь постоянно носить камеру с собой, чтобы не упустить ни одного важного момента, то нужна компактная и легкая модель, которая поместится в сумку или даже в карман джинсов. Желаете заниматься фотографией всерьез, получать высококачественные снимки, готов пожертвовать компактностью – выбирай зеркальную фотокамеру. Компактные фотокамеры можно разделить на фотоаппараты начального уровня, стильные, универсальные и мегаумные.



Камеры **начального уровня** – яркий пример соотношения «цена-качество». Такой аппарат подойдет большинству людей – тем, кому он нужен для повседневной съемки. Камера позволит получать изображения

быстро, просто и без каких-либо дополнительных настроек. Разрешение готовых снимков даже позволит распечатать их в формате А4.

От стильных камер фотоаппараты начального уровня отличаются не столь ярким дизайном и более «сдержанными» возможностями. Зато с их помощью ты получишь качественные снимки для себя, друзей и, тем более, учебы и размещения в Интернете.

Стильные фотокамеры – находка для человека, который следит за своим имиджем. Такие камеры обычно доступны в нескольких цветовых вариантах. Они легкие, удобные, без проблем поместятся даже в небольшой дамской сумочке. Но за красоту приходится расплачиваться качеством изображения: небольшая матрица, места для размещения качественного объектива мало. В таком фотоаппарате ты не найдешь множества ручных настроек: камера все делает сама. Такие модели подойдут тому, для



такого фотоаппарат не только средство фотосъемки, но и красивый аксессуар.

Универсальные фотокамеры дают возможность регулировать большинство параметров съемки, предоставляя большую свободу действий пользователю. Некоторые модели оснащены широкоугольным объективом, который



позволяет снимать полноценные пейзажи и архитектуру. Большой, чем в стильных и начальных фотокамерах, оптический зум дает возможность фотографировать удаленные объекты. Однако маленькая матрица, как и у всех компактных аппаратов, приводит к появлению шумов даже на небольших ISO. Такой фотоаппарат так же идеально подойдет для повседневной съемки, однако, не каждая модель универсального класса поместится в карман одежды. Бери такую камеру с собой в отпуск или на каникулы – и ты точно будешь приятно удивлен качеством полученных изображений.

Качественный объектив с большим диапазоном фокусных расстояний **мегазумных фотокамер** позволяет делать самые различные фотографии: от макросъемки до съемки очень удаленных от фотографа объектов (благодаря большому оптическому зуму). Все модели этого класса оснащены стабилизатором, так как при съемке с большим оптическим увеличением «шевеленка» мешает фокусировке и изображение может получиться размытым и нечетким. «Мегазумы» максимально приближены к зеркальным камерам не только своими габаритами, но функциями и качеством: относительно большая матрица с разрешающей способностью 9-14 мегапикселей, возможность полностью управлять камерой в ручном режиме, отличное качество изображений. Кроме того большинство моделей могут сохранять снимки в формате RAW, без сжатия и потери качества. «Мегазум» подойдет не только для повседневной, но для художественной и студийной съемки тем, кто хочет всерьез заняться фотографией, но не готов тратить крупную сумму на покупку зеркального фотоаппарата и необходимых аксессуаров к нему. В отличие от «зеркалок», «мегазумы» будут более понятны начинающему фотографу, несмотря на множество ручных настроек.



1 Фотоарсенал камеры Samsung S1070 включает 10,2-мегапиксельную матрицу, 3-кратный оптический зум, большой 2,7-дюймовый интеллектуальный ЖК-дисплей и дополнительный набор функций: цифровую стабилизацию изображения, функцию распознавания лица и режим автопортрета.

2 Стильная и тонкая Sony CyberShot DSC-T700, с очень большим (3,5") сенсорным экраном и внутренней памятью 4 Гб. Функция Intelligent Scene Recognition автоматически выставляет экспозицию и другие настройки, упрощая путь к красивой качественной фотографии. Снимки можно просматривать с помощью слайд-шоу на экране фотоаппарата или подключить камеру к HD-телевизору.

3 Canon PowerShot SX110 IS. 9-мегапиксельная матрица, объектив с 10-кратным оптическим зумом, стабилизация изображения и ЖК-дисплей с диагональю 3 дюйма. Поддерживает 20 режимов съемки, позволяющих получить идеальные результаты при различных условиях освещения.

4 Nikon Coolpix P90. Широкоугольный объектив NIKKOR с 24-кратным увеличением, разрешение – 12,1 мегапикселей, технология 4-кратного уменьшения смазывания, электронный видоискатель. А также функция D-lighting, корректирующая недоэкспонированные и переэкспонированные изображения.

5 Полупрофессиональная камера Sony Alpha DSLR-A700. Матрица 12,2 мегапикселей, ЖК-экран, выход HD, уникальная система стабилизации SteadyShot. Технология Exmor отсекает шумы уже при конвертации сигнала в цифровой формат, гарантируя тем самым безупречное изображение.

6 Профессиональная полноформатная 21,1-мегапиксельная фотокамера Canon EOS 5D Mark II. Инновационный CMOS-датчик, процессор DIGIC 4, высокая чувствительность ISO (до 25 600 единиц) – обладатель камеры



может фотографировать практически в полной темноте. Благодаря корпусу из магниевого сплава камера защищена от неблагоприятных внешних воздействий.

Зеркальные фотока-

меры представляют особый уровень фотоаппаратов. Но это не только профессиональные



камеры. «Зеркалки» можно

разделить на любительские, полупрофессиональные и профессиональные.

Если хочешь приобрести мегазумную компакт-камеру верхнего ценового сегмента, то подумай о покупке зеркального фотоаппарата начального уровня, так как они практически совпадают в цене.

Но с зеркальной камерой при наличии хорошего объектива ты получишь непревзойденные снимки, которые можно будет использовать где угодно: от личного альбома в социальной сети до билбордов на улицах Минска. Кроме того, обладая зеркальным фотоаппаратом, скорость работы будет отличной, а потенциал для творчества – безграничным.

Если говорить о мегапикселях, то по их количеству выбрать камеру (как компакт, так и зеркальную) будет ошибочно: большее значение имеет размер матрицы. В зеркальных камерах матрица существенно отличается от матрицы компакт-камер: она намного больше по размерам, за счет чего получаются более качественные изображения даже на высоких значениях чувствительности ISO. Матрицы профессиональных «зеркалок» имеют размер 24x36 мм, эквивалентный размеру кадра 35-миллиметровой пленки. В общем, все зеркальные фотоаппараты по своим характеристикам схожи и по качеству одинаковы, выбор конкретной марки оставляет за собой покупатель. Тем более, сегодня рынок цифровых фотокамер значительно вырос и предлагает все большее разнообразие моделей разных ценовых категорий.

Девайсы для самых любопытных

В мире технологий появляются новые изобретения, которые позволяют экономить время, делают нашу жизнь проще и удобнее. Зачастую такие новинки удивляют не только количеством функций, но и внешним воплощением. Ворвемся в мир девайсов.

Джеймс Бонд отдыхает

Компания Samsung предлагает превратиться в супершпиона Джеймса Бонда с помощью многофункциональных часов-телефона. Интересно, что первым подобный девайс представил концерн LG. Его вечный конкурент, Samsung, не пожелал оставаться в стороне и приготовил свой ответ — часы-телефон Samsung. Корпус часофона выполнен из нержавеющей стали, стекло сенсорного дисплея (размером 1,76 дюйма) защищено от царапин. Гаджет оборудован Bluetooth 2.1, голосовым управлением (жизненно важная для такого аппарата функция), внешним динамиком, а также может синхронизироваться с Outlook и проигрывать mp3. К тому же, Samsung S9110 является самым тонким часофоном в мире: всего 12 мм. Еще одно преимущество гаджета Samsung: его выпустили в продажу уже в июле 2009 года во Франции по цене 450 евро.



Пилите на здоровье

Совершенно бесполезная, но смешная штука — USB-электропила. Производители этого гаджета настойчиво пытаются убедить потенциальных покупателей в необходимости своего товара. Ведь среднестатистический житель Земли сталкивается с потребностью распилить что-нибудь в среднем 7 раз в день!



Sony MegaChanger – хранилище для 400 дисков

Негде хранить свою коллекцию фильмов на DVD и Blu-Ray дисках? Оцени заботу компании Sony! Концерн запустил в продажу девайс MegaChanger (BDP-CX960). Этот гигант не только проигрывает BD/DVD/CD, но и хранит до 400 дисков в своей утробе.

Сокровищница дисков

Просьба удивиться потрясающим кроссовкам со встроенным mp3-плеером и калькулятором в форме боевого пистолета. Любителям эстетики предлагаются всевозможные варианты настольных ламп.



На любой вкус

Новинка наступающего сезона «Солнечные очки-флешка Calvin Klein». Брелок, диктофон, ключ и мягкая игрушка — вот такие бывают флешки. Так что солнечные очки со встроенным USB-накопителем уже никого не удивят. Такой гаджет планирует выпустить модный бренд Calvin Klein осенью этого года.



...то, чего ты еще не пробовал

В Азию за рамбутаном!

Рамбутан — это не ритуальный танец африканских племен, не экзотическая страна и даже не музыкальный инструмент. Если в руки к тебе попал небольшой желтый или красный плод в кожуре, покрытой упругими и довольно мясистыми волосками, не сомневайся: это рамбутан. Его родина — Юго-Восточная Азия. Чудо-фрукт похож на молодой каштан. Представляешь? Чтобы им полакомиться, придется очистить его от кожуры, без которой рамбутан становится белым полупрозрачным шариком. До Беларуси иностранный «гость» не доезжает — слишком быстро портится. Не терпится попробовать — отправляйся за рамбутаном сам.



Смастерить воздушного змея

Эта игрушка рассекает небеса уже не одно столетие. Первые упоминания о ней датируются еще II веком до н. э. Придумали эту забаву в Китае. Воздушные змеи бывают разные: одноплоскостные, многоплоскостные, составные или групповые, коробчатые. Сделать змея может каждый. Для этого понадобятся каркас; поддерживающая поверхность из материи или бумаги; леер из пеньковой веревки, стального троса или прочной нити; уздечка для крепления к воздушному змею этого самого леера. Воздушный змей не полетит, если не будет устойчивым, а для этого ему нужен... хвост. Скорее же мастера и наслаждайся зрелищем!

Жизнь в самой счастливой стране

Вануату — небольшое тихоокеанское государство, расположенное неподалеку от островов Фиджи. Жители этой страны покупают хлеб и другие припасы за вату. Так называется денежная единица державы. По данным Нового Экономического Фонда (NEF), Вануату занимает первое место среди самых счастливых стран на планете. Островитяне радуются каждому дню, живут в среднем до 70 лет и почти не вредят окружающей среде. Может, и тебе стоит посетить это место?



Тайский массаж

Искусство классического тайского массажа формировалось веками. Мастера тщательно создавали систему оздоровительной терапии, сохраняли ее и передавали из поколения в поколение. Существует два вида тайского массажа, и лучше попробовать оба: общий тайский массаж и королевский. Если ты общительный, рекомендую общий тайский массаж. Особенность этого вида — более близкий контакт с пациентом. Мастер при массаже использует большие пальцы рук, ладонь, локти, предплечья, колени и ступни. В королевском тайском массаже специалист на коленях передвигается вдоль пациента, при этом постоянно сохраняя дистанцию между телами в один фут. Массаж начинается от колена и далее вверх по ногам, затем — ступни. Эффект от подобного приятного времяпрепровождения удивит своими масштабами: от стабилизации кровообращения до разглаживания рубцов и улучшения пищеварения.

Игра для самых честных

В наше время спорт – это уже не просто соревнование между людьми. Он давно стал и политическим рычагом, и эффектным шоу, в котором многое решают деньги. Причем деньги огромные. Что, естественно, не могло пагубно на нем не сказаться. Сегодня ради победы спортсмены готовы пойти на все – допинги, симуляции, подкупы соперников. А теперь представьте, что существует вид спорта, в котором участники сами решают, было нарушение или нет, а судьи не нужны вообще. И при этом все обходится без конфликтов. Скажете, фантастика? Значит, вы никогда не слышали о фрисби.

Фрисби (англ. frisbee) – пластиковый диск, который в простонародье привыкли называть «летающей тарелкой». Его в 50-х годах двадцатого века (пик популярности загадок, теорий и «свидетельств» НЛО в США) придумал и изготовил американец Уолтер Моррисон. Тарелочка сразу обрела популярность – сходство со сложившимся в голове людей стереотипом о внешнем виде инопланетного корабля было идеальным. Примерно в то же время студенты Йельского университета в качестве развлечения бросали друг другу жестяные подставки для пирогов компании «Frisbie». Это название быстро прижилось в среде учащихся, и фирма, выпускающая диски, недолго думая, переименовала свой продукт в «Frisbee». Одну букву изменили – и избежали проблем с авторскими

правами на название. Но просто перекидываться тарелкой скорым на выдумки студентам быстро надоело. Так, в 1968 году учениками Columbia High School были организованы первые регулярные игры по фрисби – Алтимат (Ultimate). Именно так по сей день и называется командная игра с диском, которая пусть и не обрела массовую популярность, но все же смогла завоевать сердца совершенно разных людей из многих стран мира. И хотя за 40 с лишним лет правила достаточно сильно преобразились, главное осталось неизменным: превыше всего – честная игра. Не так давно алтимат стал общим увлечением и для небольшого количества белорусов. Трое из них – **Филипп Калитин, Марта Чернова** и **Инна Василевская** – ответили на вопросы и поделились

интересными подробностями из мира фрисби.

Как и когда вы начали играть в алтимат?

И: 5 лет назад перешла в 41-ую школу и увидела, что ребята на физкультуре играют в какую-то странную игру – договорились с учителем, что вместо разных зачетов они будут тренироваться с диском. Но играли тогда еще совсем не по правилам: один человек бросал диск, и началась настоящая куча-мала: все старались его перехватить, толкались, падали. Мы наивно





полагали, что придумали новый вид спорта. Но не огорчились, когда выяснили, что эту игру придумали до нас. В Минске были ребята, которые занимались фрисби долгое время. Мы пришли к ним на тренировку, хотели показать свое прекрасное владение техникой. На деле оказалось, что ничего мы не умеем. И тогда стали вместе учиться, тренироваться.

Ф: Мы с Инной учились вместе. Заразил нас всех этой игрой наш одноклассник Вадим, ныне капитан. Через Интернет мы нашли в Минске людей, которые тоже увлекаются фрисби и стали заниматься с ними.

М: Для меня все началось в 2004 году, когда я поступила на первый курс в БГУ. Тогда я уже знала, что есть такой вид спорта. Я один раз попробовала сыграть — и очень сильно увлеклась! Однажды шла домой из университета и увидела объявление, что проходит турнир по алтимат в одном из корпусов



БНТУ. Игра проходила в маленьком баскетбольном зале. Я мечтала подойти к игрокам и заговорить с ними, но сильно засмузилась, поэтому так и не решилась. На второй день играть продолжили в СКА «Уручье». Я, полная решимости, подошла к тренеру команды и попросила играть с ними. Мне не отказали.

Как вы считаете, есть ли у алтимат шанс стать олимпийским видом спорта и нужно ли ему это?

Ф: Во-первых, чтобы стать олимпийским видом спорта, нужна популярность, которой у фрисби пока нет. Во-вторых, если он станет олимпийским видом, то ему обязательно потребуются судьи, а это уже сильно меняет концепцию игры. Сейчас взаимоотношение на поле немаловажный аспект алтимат. 14 человек, которым нравится сам процесс кидания диска, стараются вместе ужиться на этом поле. Они пытаются получить максимум удовольствия и провести лучшую игру, не мешая и не

расстраивая друг друга. Но, безусловно, хочется, чтобы алтимат набирал популярность.

Давайте пофантазируем. 2019 год, Мадрид, финал Чемпионата мира по алтимат. Полные трибуны некогда футбольного стадиона, огромный ажиотаж. Как изменился фрисби через 10 лет?

М: Какие-то у меня пессимистические только мысли...

Ф: Если алтимат обрел такую популярность, значит, он стал гораздо зрелищнее. То есть изменились многие правила, появились тренеры, фрисбисты стали гораздо больше тренироваться. Это уже другая игра.

И: Мне кажется, что большой ажиотаж вокруг фрисби вытеснит такую немаловажную деталь, за которую мы все и полюбили этот вид спорта, — дух игры. Для многих игроков приз за дух игры гораздо важнее победы. Одно из отличий этого вида спорта от других, что в разных командах играют не просто случайные люди, а друзья.

Есть ли у фрисбистов какие-то типичные профессиональные травмы?

М: Чаще всего повреждаем колени, выбиваем пальцы на руках. Бока постоянно в незаживающих ссадинах после прыжков за тарелкой.

Но серьезных травм практически не бывает.

Не возникает ли желания после обеда тарелку не мыть, а по привычке зашвырнуть куда-нибудь?

М: Нет, тарелки, конечно же, не трогаем. А вот учебник куда-нибудь бросить — запросто. Да и вообще многие предметы. Недавно было на форуме нашем обсуждение этой темы, так там и тапки упоминали, и сковородки. В общем, любой достаточно круглый и плоский предмет.

И: Посуду наоборот спасаю: за счет развившейся реакции часто что-нибудь хрупкое ловлю на лету.

Как давно во фрисби стали играть на просторах нашей страны?

М: Все началось в конце 2000 — начале 2001 годов. Тогда к одному из наших соотечественников приехала знакомая из США, показала тарелку и сказала: «Смотри, вот есть такой классный вид спорта». С тех пор все и началось. С 2004 года алтимат активно начал развиваться в Бресте, там стали регулярно проводиться турниры. Дело в том, что в регионах гораздо проще «пробить» стадион, нежели в столице. Самое крупное соревнование в нашей стране проводится в мае в Бресте, туда приезжают команды из соседних стран — России, Украины, Литвы, Польши.

Все-таки покупка экипировки и инвентаря, аренда полей и помещений — это затраты. Удастся ли фрисбистам сотрудничать со спонсорами? Чем можно их заинтересо-

вать и привлечь?

М: Просто нужны пробивные люди. Как делают в Украине: устраивают турнир на пляже, вдоль площадки вешают растяжки спонсоров. Но денег в любом случае никто не зарабатывает! Даже на чемпионате мира, все сборы идут исключительно на то, чтобы покрыть расходы на его проведение.

Марта, в 2007 году ты играла на чемпионате Европы за сборную России. Значит, национальной сборной в Беларуси нет?

М: Так уж получается, что не может у нас собраться нормальная женская сборная. Постоянно что-то мешает. Бывает, соберется десять человек, решат: «Все, едем!»

А потом что-то у одной случится, что-то у другой. Так и получилось, что играла я за соседей.

Как появилась идея организовать команду в БГУ?

М: Раньше все фрисбисты в Минске были как бы рядом — очень много общих тренировок, каждый мог прийти и поиграть. А сейчас люди разбрелись по командам. Такая идея возникла для того, чтобы обновить это поколение фрисби и подключить заводной студенческий народ, который сможет внести сюда новые силы. Есть же в БГУ команды футбольные, баскетбольные... Так почему не фрисби?

Что дал вам этот вид спорта?

И: Замечательный круг общения, новых друзей, много поездок. Это стало

таким связующим звеном, объединяющих разных людей и помогающим сохранить замечательные отношения, несмотря ни на что.

Ф: Для меня фрисби стал спортом, где я могу преодолевать какие-то барьеры для себя лично, развивать умение общения с людьми.

М: Все сказали о фрисби как о таком человеческом факторе, но для каждого из нас это еще и отличный тренажер. Потому что здесь нужно и бегать, и прыгать, да еще и думать.



В Алтимат играют на прямоугольном поле 100x37 метров, с 18-метровыми командными зонами по краям. Команда состоит из 7 игроков. Диск может передвигаться посредством паса товарищу по команде в любом направлении. Игрок, владеющий диском, ("раскидывающий") имеет 10 секунд для паса. Защитник, прикрывающий раскидывающего ("блокирующий"), считает от 1 до 10 с перерывом в секунду. Каждый раз, когда игрок нападающей команды ловит диск в зоне соперника, нападающей команде засчитывается очко. После этого команды меняются зонами, а защищавшиеся становятся нападающими. При вылете диска в аут, касании земли или перехвате атака переходит к другой команде. Игра продолжается 100 минут или до 17 очков. Физический контакт между игроками не допускается и является нарушением правил. Мешать движению игроков запрещается. Игроки несут ответственность за нарушения правил и границ поля, сами разрешают возникшие спорные вопросы. Особое значение придается честной игре и мастерству. Соревновательный дух приветствуется, но никогда не в ущерб взаимного уважения игроков, соблюдению правил или удовольствию от игры.

Сон – это тоже искусство

Лето – пора каникул и отпусков. Это период, когда можно ночи напролет гулять, а потом полдня отдыхать. Но время стремительно пролистывает страницы календаря, и мы, сами того не замечая, уже спешим куда-то по коридорам родного университета. И все бы ничего, однако после отдыха с сопутствующим ему ощущением свободы сложно войти в рабочий режим. Здоровый сон поможет решить эту проблему.

В первые дни учебы не напрягай свой организм: избегай конфликтных ситуаций, не меняй резко рацион. Заставь себя не подходить к холодильнику поздно вечером или ночью. Если ты все-таки не можешь по-другому, помни: за два часа до сна можно есть только легкую пищу: овощи, фрукты и кисломолочные продукты.

Постарайся найти в своем графике время для спорта. Гуляй, бегай, катайся на велосипеде, роликах, коньках и лыжах. Эти занятия не только улучшают настроение, но и делают организм выносливее. Сделай своей привычкой прогуливаться перед сном. Если эту идею никак невозможно воплотить в жизнь, тогда выходи на улицу вечером на несколько минут, чтобы подышать

свежим воздухом. Это проветривание спасет от бессонницы.

Панацея для организма

Когда твоё тело отдыхает, в нем генерируют процессы, неподвластные усилиям самого человека. В это время организм заряжается энергией Т-лимфоцитов, которые защищают нас от вирусов и других болячек. Хочешь повысить тонус нервной системы – хорошенько выспишься. Когда ты спишь, в организме происходят процессы против старения. Самое полезное время для отдыха – с одиннадцати часов вечера до пяти утра.

Подражать Наполеону, который спал по 4 часа в сутки, вряд ли удастся. Лишь 10% взрослых людей могут позволить своему организму такой короткий сон. Остальным

придется подчиниться правилам своего организма. У тебя возникало желание поспать днем?

Определи свой темперамент по тому, как ты вливаешься в учебный процесс. Энергичный холерик легко переключается с трудовых будней на отдых и наоборот. Медлительный флегматик и чувствительный меланхолик должны отдыхать долго, в спокойной обстановке. Восстанавливаются люди с такими темпераментами медленно. А вот некоторым сангвиникам летние каникулы вовсе не нужны. Чтобы отвлечься от учебы, им достаточно просто сменить одно занятие другим.

Сэкономь время – удели сну минут 120, когда за окошком светло. Час сна днем эквивалентен двум часам ночью. Не получается сделать это – следи за питанием: белковая пища даст запас энергии, поможет справиться с ответственными нагрузками.

Морфей улетел

Случаи, когда человек не может спать вообще, вызывают удивление. Сколько времени тебе требуется, чтобы чары Морфея действовали? Пересчитал всех овечек и не уснул? В таком случае не нужно мчаться за снотворным – подобные таблетки должен выписывать врач. Удели внимание самому себе, узнай причину, вместо того, чтобы ежедневно пичкать себя снотворным. Все станет на свои места, если твой сон будет качественным.



У тебя есть возможность получить ответы на вопросы, в которых сложно разобраться без помощи специалиста. UNITiME – твой друг-альтруист, который готов прийти на помощь в любую минуту. Эта страничка поможет расставить точки над самыми гiblyми «i». Сегодня мы подобрали вопросы, актуальные для студенческой редакционной коллегии. В следующих номерах эта рубрика охотно будет заполняться вашими вопросами.

НУЖНА ПОМОЩЬ?

Вопросы можно высылать на unitime@bsu.by



Ответы психолога:
Руслан Петрович
Попок

? Недавно устроилась на работу. Учусь на дневном отделении, поэтому не получается все успевать. Я быстро устаю и часто бываю раздраженной.

Ты стоишь перед непростым выбором, который «съедает» твою жизненную энергию. В этой ситуации сочетать работу и учебу очень тяжело. Поэтому четко расставь приоритеты. Определись, что в данный момент для тебя важнее. Если работа, то необходимо изменить студенческие занятия (перейти на заочную форму обучения или договориться в деканате об учебе по индивидуальному плану). Если приоритетнее учеба – стоит отказаться от работы или подыскать другую.

? Моя скромность мешает мне в учебе. Как избавиться от комплекса?

Скромность – это ни в коем случае не отрицательное качество. В первую

очередь, нужно изменить отношение к себе. Твои личные качества – это ТВОЯ особенность, и они ценны в любом случае и в любой ситуации. Стеснительность напрямую связана с уверенностью, а это навык, который можно у себя воспитать до. Как? Существует немалое количество разнообразных тренингов. Очень рекомендую.

? Осенью у меня начинается депрессия. Как с ней справиться?

Так называемая сезонная депрессия посещает многих. Но большинство с ней сражаются, используя свои антидепрессанты. Их превеликое множество: ароматерапия, музыкальная терапия, цветотерапия, танцотерапия. Но это все методы. Прежде всего, следует постараться изменить что-то в своем образе жизни, который и не позволяет тебе противостоять хандре. То, что ты об этом задумываешься и беспокоишься заранее, – большой шаг, и на этом нельзя останавливаться. Выполни правило «тройки».

Первое – приведи в порядок питание, сделай его сбалансированным. Получай удовольствие даже от самой простой еды, иногда побудь гурманом. Откажись от диет, которые выводят из

душевного равновесия, или, наоборот, установи для себя щадящую диету. Второе – отрегулируй общение с людьми. Часто они являются причиной депрессии. Близкие и друзья могут оказать тебе поддержку в борьбе с проблемой. И третье – займи себя. Причем это должно быть качественно, с пользой. Не забудь про занятия спортом. Он хорошо отвлекает и дает заряд бодрости. Найди причину – лекарства, алкоголь и другие вредные способы не спасут от депрессии. Не получится разобраться самому – обратись к психологу.

? Я уже не абитуриент, я поступил в БГУ! Как вести себя в новом коллективе, чтобы зарекомендовать с лучшей стороны?

Тебя можно поздравить! На твоём счету есть уже одна победа. Стремись проявлять себя в разных сферах, используй возможности, которые предоставляет университет. И, главное, не забывай про идеальный инструмент – общение. Не бойся заводить знакомства, интересоваться, быть активным. Все получится. Живи «с широко открытыми глазами». Новые люди, события, условия – это прекрасные возможности. Не упусти их!

Секрет бодрствования

Самый ходовой «студенческий энергетик» на время сессии — две ложки кофе на чашечку колы. Правда, статистика умалчивает, сколько из подобных гурманов доживают до самой сессии. А вот идеальный союзник в борьбе за часы бодрствования — яблоки, которые помогают проснуться лучше, чем кофе.

Креветка с ананасом для мозгов

Студента, как и волка, ножки кормят. Чаще всего куриные. А вот неправильное питание привело к тому, что студенческими заболеваниями стали гастрит и даже сахарный диабет. Врачи точно знают, что самыми ходовыми для нас продуктами должны стать морнасы, ананас, креветки, лук, орехи, капуста, черника и лимон, которые влияют на мозговую активность и настроение. Видимо, единственное, чего врачи не знают, — размеры студенческой стипендии.

Учиться или не учиться?

Болгарская легенда русской музыки Филипп Киркоров в юные годы был отличником. В вузах, в отличие от школы, хорошо учиться не только выгодно, но и престижно. Ведь студент студенту друг, товарищ и шпора. А чем больше шпора знает, тем больше ее любят. Если школьником отличник — это чаще всего «шотаник», то студент-отличник — лидер.

Принц с минской пропиской

Мечтая не уехать по распределению в деревню Пуховичского района, студенту нужно рассчитывать на удачу, а студентке — на удачливого студента с минской пропиской. Впрочем, выпускникам филфака, гумфака и журфака лучше надеяться только на удачу :).

Кошелек мне не дружок

Падкий на мудрствования Франклин рекомендовал: прежде, чем советоваться со своими потребностями, посоветуйся с кошельком. Чтобы найти общий язык с бумажником, 60 % студентов совмещают учебу и работу в сфере обслуживания. К тому же любовь к молодежи у нанимателей не ведает границ: к людям до 25 лет они относятся куда радужнее, чем к тем, кому за 40. Студенты не всегда могут найти время для постоянной работы. Тем, кто не хочет принести зачетку в жертву кошельку, идеальный вариант — удаленная работа, фриланс.

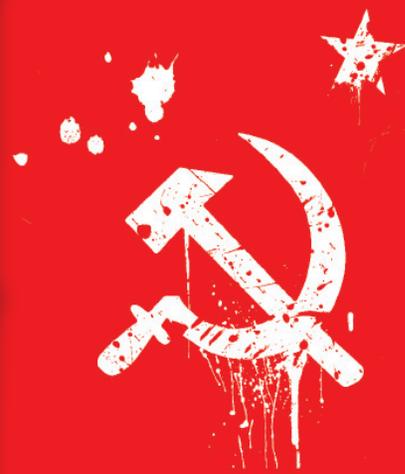
Квартиру мне, квартиру

Красиво жить не запретишь, было бы где. Вы не из Минска, нет льгот и не претендуете на красный диплом, общежитие получить будет сложно. Агентства — один из вариантов поиска съемной квартиры. Обращайтесь в те, чья репутация проверена. Спросите у одногруппников — они плохого не посоветуют. Если же вы по старинке решили расклеить объявления с текстом «Сниму квартиру», будьте осторожны. Голоса в трубке могут предложить вам не только жилье, но и дачу, и машину, и даже мужа во временное пользование. Можно позвонить в агентство, узнать информацию, которую они выдают обычно на одном дыхании, чтобы заинтересовать вас, и расклеивать объявления уже на конкретных столбах и подъездах.

Студенты-горцы

Студент — это тот, кто гордится принципиальным отказом от сна на срок в пять лет. Секрет долголетия горцев в том, что они спят не меньше 6 и не больше 7,5 часов в сутки. Здоровый сон в течение четырех лекций как раз обеспечит нужную норму. К тому же, если преподаватель не оценит вашей тяги к здоровому образу жизни, всегда можно будет уйти в горы.

Лозунг «Власть — Советам!» уже не в моде. Предлагаю модернизировать его в «Советы — студентам!». И декреты «О мире и земле» переименовать в «Проблемы о пище и жилье». Дельные рекомендации получить проще, чем место в общежитии, вот и найдите среди наших советов решение ваших проблем.



Возможно, эти советы помогут вам к пятому курсу стать уважаемым в обществе студентом. Осталось лишь придумать, как не вылететь из университета раньше этого времени.

Близкая далекая Америка

Хочешь в США – учи язык!

«Мы летим на высоте девяти тысяч метров, температура за бортом – минус пятьдесят градусов по Цельсию. Через тридцать минут начинаем снижение», – объявил на плохом английском капитан самолета польских авиалиний.

«Hi, I am glad to see you!» – про себя поздоровалась я с ночными огнями нью-йоркского аэропорта Ньюарк Либерти, забрала багаж и поплыла в неизвестность.

«Hi, girls, how are you today? Which line?» – «Blue, please». – «Ok. Here we go, take care». – «Thanks, see you». – «You are always welcome. See you soon. Bye!»

Первая неожиданность – в Америке нет пешеходов

Улица. Холодно. Эй, а где люди? Где пешеходы? Толкучка, куча-мала, тьма-тьмущая?.. Нет. И не найдете. Первая неожиданность – в США нет пешеходов. Вообще. Американцы привыкли

к комфорту. Личное авто – это как вилка в левой руке и нож в правой для нас, как сессия каждые полгода.

Автомобиль рождается с человеком и живет с ним до глубокой старости. «Как, тебе шестнадцать и еще нет кабриолета? Ты или слишком глупый, или слишком ленивый», – скажет любой американец.

Общественный транспорт? О чем вы?! На весь город раз в час один автобус,

забитый мексиканцами, каждый раз меняющий маршрут. Проезд – \$2.65. Тебе куда? На почту? Доведем, держись крепче!

В Америке вообще не любят сложностей

Американский английский совсем не такой, каким я себе его представляла до поездки. Никаких сложных фраз, идиом – ничего, что могло бы смутить тебя в общении. На все русское нецензурное многообразие – одинокое американское всем известное словечко; подлежащее – на первом месте, сказуемое – на втором; добавляешь «ok», «how are you» – и ты уже носитель языка, иногда даже грамматически более правильного, чем у коренного жителя. Все просто.

В США вообще не любят сложности.

New York? Минск?

Намного веселее в Нью-Йорке.

Метро – основной способ передвижения большинства жителей деловой части Манхэттена. И минское «как

селетки в бочке» может показаться просто счастьем по сравнению с тысячами людей, которые пользу-

ются сеткой андерграунда по пять-шесть раз в день. Ведь куда удобнее за полтора часа добраться до работы в вагоне метро, чем стоять три часа в километровой пробке на Бруклинском мосту. Американцы в солнечной стране совершенно такие же, какими их показывают режиссеры в не

слишком интеллектуальных комедиях. Безбашенные подростки, мечтающие потерять девственность в свои шестнадцать и наконец-то покататься на папином автомобиле, сумасшедшие мамы, которые таскают за собой повсюду орущих детей, счастливые со-рокалетние отцы, только что выгодно купившие на аукционе eBay байк своей мечты, жизнерадостные бабули и дедули, каждое утро совершающие прогулки вдоль пляжа и пропускающие стаканчик для бодрости перед



сном. Практически все семьи многодетные. Сегодня в США модно рожать, благо государство во всем поддерживает – у всех моих американских знакомых по двое-трое братьев и сестер. Не стоит говорить про мексиканские семьи, где дети появляются на свет, как горячие пирожки в студенческой столовой.

Американские радости

Отдельного внимания заслуживают легендарные американские автомобили. Разъезжать вдоль побережья Атлантического океана на Mercury семидесятого года за двадцать с половиной тысяч долларов? Легко!

**Все просто.
В США вообще не
любят сложностей.**

Шикарный кожаный салон, лаковое покрытие, движок — зверь. И это чудо стоит во дворе соседнего дома,

а продается потому, что ее владелец покупает себе яхту... Кстати, о яхтах. Раз уж мне довелось по-

бывать на побережье Атлантического океана, глупо было бы не упомянуть о белоснежных красавицах, рассекающих волны. Средняя стоимость яхты для среднего класса колеблется от 3 до 15 тысяч долларов. Мне кажется или в Америке действительно проще купить собственное судно, чем в Беларуси хоть какое-нибудь авто?

В своем шикарном особняке живет практически каждый четвертый житель восточного побережья, а если у тебя нет собственного замка, будь добр, обзаведись хотя бы небольшим поместьем где-нибудь на живописном холме.

Заокеанский квартирный вопрос

Немного другая картина в Городе



В любом месте найдется человек, который обязательно поможет в трудную минуту

большого яблока. Нью-Йорк полон небоскребов и жилых многоквартирных домов. Каждый квадратный метр

площади этого огромного мегаполиса отдан под строительство офисного центра выше знаменитой

Башни Дональда Трампа.

Про сам Нью-Йорк его жители говорят: лучше здесь быть туристом, чем родиться и жить постоянно, если ты, конечно, не миллионер.

Уровень жизни запредельно высокий, цены — в два-три раза выше, чем в других городах. К примеру, банка обычной содовой стоит в среднем 1-2 доллара, в Нью-Йорке — 4, поэтому на еду, проезд и проживание денег тратится больше, нежели в остальных городах. А жилье ценится не по количеству комнат, как в Беларуси, а по наличию спален. Будь твоя квартира хоть пятикомнатной, но с одной спальней, она все равно будет стоить дешевле трехкомнатных апартаментов с двумя спальнями. А вот сделаешь ты в своей пятикомнатке еще одну спальню или нет — другой вопрос.

Бульбачкі няма... Адны фастфуды!

Шокирует отношение американской нации к своему здоровью. Еда, скажу прямо, на любителя. Жирные бургеры обязательно запиваются диетической колой. А раз в ней нет калорий, значит всё съеденное совершенно безвредно! До сих пор не могу привыкнуть к местному рациону: как бешеная, несусь на местный фруктово-овощной рынок (работает один раз в неделю и то до полудня) и набираю полную



корзину витаминного разнообразия.

Радует обязательная традиция есть на завтрак хлопья с молоком. Злаки еще никто не отменял, и, как в старинной рекламе, «после тарелки хлопьев я чувствую себя сильным и энергичным».

И напоследок. Познакомилась с человеком, который продавал в США белорусские тракторы; дедушка приглашенной петь в ресторан артистки родом из Беларуси, а местный заправщик каждый день говорит мне «Доброе утро!» и «Добрый вечер!». Бармен из местного ночного клуба прожил в Советском Союзе тринадцать лет, а посетитель-литовец целый час мне рассказывал на чистейшем английском историю Великого княжества Литовского (я из вежливости слушала).

Теперь Америка уже не кажется такой далекой. В любом месте найдется человек, который обязательно поможет в трудную минуту. И тогда сказка станет явью. Ведь нужно только захотеть, правда?..

Есть ли дружба между парнем и девушкой?



Она возможна, пока оба этого очень сильно хотят. Дружба между парнем и девушкой — тонкое лезвие, по которому ходят двое. Стоит одному отступить, и им не миновать отношений. Так что мой ответ: "Да, но недолго".
Олег, 21

Да, безусловно, дружба существует. К тому же это довольно распространенное явление. Я не исключение: долгое время поддерживаю весьма близкие теплые отношения со своей бывшей одноклассницей. Но, к сожалению, часто такая дружба может ослабеть и даже разрушиться из-за желания либо парня, либо девушки перейти на другой уровень отношений, стать ближе друг к другу.
Артем, 20

Увы, дружба между мужчинами и женщинами не существует. Это известно всем. Когда парень и девушка называют свои отношения дружбой, то все происходит с какими-то недомолвками. Или они оба заняты, или не хотят обижать друг друга, или просто знакомые, объединенные одной компанией. В общем, связи вынужденного общения. Добровольно парень и девушка общаются, только если есть взаимный интерес друг к другу. Например, девушка знакомится с несколькими парнями. К одному она относится более серьезно, а остальные, если дело не прогорит, — друзья.
Александр, 20

Да! Бывает. Но очень легко сорваться, например, в дни какого-нибудь расстройств и т.д. Вообще дружба между парнем и девушкой часто вызывает гордость у мужской половины (у меня точно). Мол, вот я какой, а говорят, дружбы такой нет.
Павел, 19

— А почему бы и нет?! Мы, конечно, родом с разных планет, но живем-то на одной. Дружба быть может. Но существует она только до того момента, пока один из этих двух людей не решит,

что их дружба значит уже нечто большее. И с этого момента товарищества не может быть уже никогда.

Вадим, 23

Да, если один из них нетрадиционной сексуальной ориентации.
Сергей, 22

Если понимать "дружбу" в глобальном смысле этого слова, то нет. Можно хорошо общаться, весело проводить время, но все равно это не те отношения. Это что-то вроде «товарищей».

Евгений, 23

Всегда кто-то хочет большего.

Андрей, 21

Исключительно при условии, что у парня и девушки есть пары. Если они одиноки, то, в любом случае, их дружба перерастет во что-то большее. То есть можно считать, что дружбы между парнем и девушкой не существует.

Алексей, 22

Да, есть. И, если это действительно дружба, например, с детства, она крепче, чем между двумя девушками или двумя парнями, ведь в ней нет конкуренции.

Ольга, 20

Я считаю, что да. Всю жизнь общалась с мальчиками. Еще в детстве у меня был друг Лешка. Сейчас живу в Минске, нашла парней, с которыми меня связывает только дружба.

Дарья, 20

Конечно, парню и девушке дружить очень сложно. Есть одна причина — заложенное в нас генетически влечение к противоположному полу. Более того, дружба характеризуется тем же, что и любовь: то же взаимопонимание, то же доверие и умение разделять все с конкретным человеком — от мелких проблем до трагедий. Если человек находит того, кто во всех планах ему подходит, он почувствует нечто большее к нему, нежели просто желание дружить. Это логично. Но... Конечно, можно утверждать, что такая дружба имеет место быть, если один из друзей любит, но скрывает, предпочитая оставаться друзьями, нежели никем.

Татьяна, 19

Думаю, каждый ответит на основании своего опыта. Все мои мальчишеские друзья мне симпатичны и как мужчины, хотя я не рассчитываю на отношения, да и они, наверное, тоже. Просто дружим, хорошо проводим время. Получать удовольствия от общения — это и есть дружба.

Александра, 19

Определенно есть. Когда начинаешь воспринимать человека как родственника (брата или сестру), о каком влечении может быть речь? О какой влюбленности? Главное — дойти до такого восприятия, не успев задушить зарождающуюся дружбу.

Елена, 20

