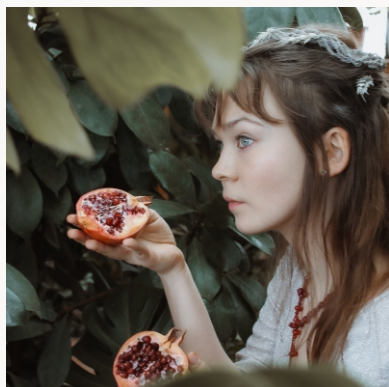


# На КОВОРОДКЕ



КОНКУРС КРАСОТЫ И ТАЛАНТОВ  
В ИНСТИТУТЕ АРХИТЕКТУРЫ И ДИЗАЙНА  
АлтГТУ им. И.И. Ползунова

*Мисс  
UnArchDiz*

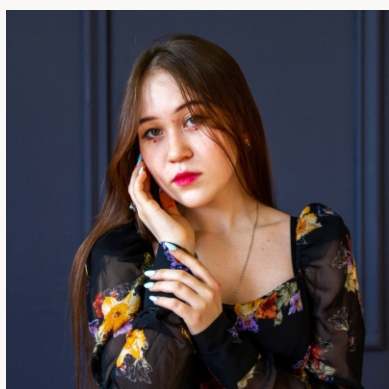
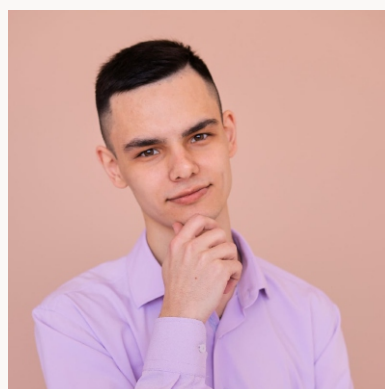
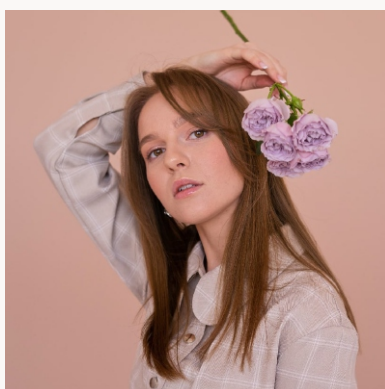
№60 Август 2021



ГЕРОЙ РОССИИ,  
ЛЕТЧИК-КОСМОНАВТ  
ВОЛКОВ СЕРГЕЙ  
АЛЕКСАНДРОВИЧ

СТАНЬ ДОНОРОМ.  
СПАСИ ЖИЗНЬ!

МНОГОКРАТНАЯ  
ЧЕМПИОНКА МИРА  
ИЛЬЮЧЕНКО ТАТЬЯНА  
ВИКТОРОВНА





Редакционный совет

Главный редактор  
Журналисты

Компьютерный  
дизайн и верстка  
Фотографы

Фото на обложке

На обложке

Огнев И.В.  
Веретенникова Е.П.  
Кеслер Екатерина, ЭБ-02  
Агылдаева Валерия, КИЛП-01  
Веретенникова Екатерина, 8Арх-01  
Дивнич Георгий, ИВТ-02  
Исаева Екатерина, ГМУ-91  
Кашеваров Иван, ПИЭ-02  
Кеслер Екатерина, ЭБ-02  
Кулагин Роман, С-04  
Панин Артем, ИС-02  
Соколова Ксения, ТМП-01  
Степанова Екатерина, СУЗ-01  
Феденева Софья, ДАС-01  
Харитонов Григорий, ХТ-01  
Веретенникова Екатерина, 8Арх-01  
Кузеванова Анастасия, 8Арх-01  
Андреев Степан, ПИЭ-02  
Бойко Николай, Э-72  
Веретенникова Екатерина, 8Арх-01  
Кашеваров Иван, ПИЭ-02  
Кеслер Екатерина, ЭБ-02  
Мигунова Алина, СУЗ-91  
Панин Артем, ИС-02  
Харитонов Григорий, ХТ-01  
Хомякова Анастасия, ДАС-81  
Юматов Арсений, Спр-71  
Богомоллов Сергей  
Бойко Николай, Э-72  
Хомякова Анастасия, ДАС-81  
Юматов Арсений, Спр-71  
Гале Анастасия, С-02  
Гончаров Егор, СУЗ-81  
Еремина Юлия, ДАС-61  
Феденева Софья, ДАС-01  
Шааб Артур, ПТС-82



so\_sp\_altgtu



sgmedia\_altstu

Отпечатано в ИПП «Алтай»,  
г. Барнаул, ул. Короленко, 105  
Тел.: 8(3852)62-77-25

Тираж 300 экземпляров  
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов



## В ЭТОМ НОМЕРЕ

№60 Август 2021

### События

- 04 Встреча с Героем космоса
- 05 В Татьянин день студент тебя мы славим!
- 05 Паралимпийский урок
- 06 Нет смысла спорить со стихией
- 07 И все же закон умалчивает то, что говорит театр
- 07 Прекрасное в политехническом
- 08 Поехали!
- 08 Любви все факультеты и курсы покорны
- 09 Выше! Быстрее! Сильнее!
- 09 Отважные, сильные, закаленные!
- 10 Выездная школа актива Весна 2021. Перегрузка
- 12 Знание – сила!
- 13 Стань донором. Спаси жизнь!

### Не учебой единой

- 14 Первая машина
- 15 Обзор на Cyberpunk2077

### Злободневка

- 16 Бинго студента
- 16 Бинго доброты
- 17 Бинго «стикерстранка»
- 17 Бинго планирования
- 18 Я помню чудное мгновение...
- 18 14 февраля или 8 июля?
- 19 Прекрасный и неоднозначный
- 20 Что там по трендам?
- 22 ТОП-5 рецептов любимых мужских блюд





## ВСТРЕЧА С ГЕРОЕМ КОСМОСА

*Текст: Роман Кулакин*

18 марта в стенах АлтГТУ прошла встреча с Волковым Сергеем Александровичем, Героем России, первым и единственным лётчиком-космонавтом во втором поколении. В рамках встречи Сергей Александрович ответил на вопросы из зала:

**1** В какой момент времени вы поняли, что это ваше призвание?

Осознание пришло ко мне не сразу. Тогда я учился на третьем курсе авиаучилища. Каждый день я проходил мимо корпуса, где обучали космонавтов. О наборе в новый отряд я узнал от отца и, так как всегда хотел попробовать и пойти по стопам отца, я решил пройти отбор. Так что, в конце концов, это был мой осознанный выбор.

**2** Какие исследования в космосе были вам интересны?

На самом деле все. Я никогда не отказывался ни от одного эксперимента. Потому что в других условиях и в другом месте всё происходит иначе. Это невероятно интересно увидеть первые результаты опытов. Но больше всего мне запомнился эксперимент с выращиванием растений на станции. Действительно завораживает наблюдать, как прорастают ростки вне Земли.

**3** Какие были ощущения на взлёте?

Поразительные. Для начала, ты сидишь в огромной ракете, ощущаешь, как работает каждый её механизм, чувствуешь движение каждой детали. Потом ты осознаёшь, что это то, к чему ты шёл всё это время, то, к чему ты готовился, пройдя через изнурительные тренировки. А возвращаясь из космоса, чувствуя гравитацию, ты понимаешь, что Земля как будто тянет тебя к себе, зовя домой.

**4** На сколько жёсткие условия тренировок у космонавтов?

Достаточно. Мало быть полностью здоровым. Ты должен обладать познаниями в разных областях: компьютерные технологии, иностранные языки, биология, медицина и т.д. Космонавт – это инженер. Он должен разбираться в разных областях для полноценного проведения экспериментов.

**5** Какой ваш любимый фильм о космосе?

Аполлон 13. Он не только правдоподобный, но и весьма трогательный. Эта работа действительно похожа на реальную жизнь. Переживания родственников, трудности тренировок, переживания перед стартом – всё это передано очень правдоподобно.

**6** Как вы относитесь к тому, что в авиаучилища стали набирать девушек?

Мы никогда не думали, что рядом с нами будут учиться девушки, но мы очень этому рады. И после полётов и встреч с космонавтами из других стран, я с уверенностью могу сказать, что русские космонавтки самые красивые и, несмотря на изнурительные тренировки, остаются женственными.



## В ТАТЬЯНИН ДЕНЬ СТУДЕНТ ТЕБЯ МЫ СЛАВИМ!

*Текст: Екатерина Кеслер*

25 января – праздник, который с нетерпением ждут не только девушки с определенным именем, но еще и любимый праздник молодежи, «День студента».

В этот день состоялось 2 мероприятия для студентов нашего вуза. В первую часть дня представители разных университетов посетили Крестный ход с Никольской церкви до Часовни при АлтГТУ. Студенты Политеха в морозную погоду шли со студентами других вузов, послушали речь священника на двух точках пути, церковные песни, а также попробовали сбитень – традиционный праздничный напиток.

Во второй половине дня часть студентов АлтГТУ посетила встречу с Андреем Михайловичем Марковым и Иваном Владимировичем Огневим. На данной встрече студенты задавали вопросы на такие темы, как ремонт корпуса («В»), грантовые проекты, дистанционное обучение, новые образовательные программы и цифровизация нашего вуза.

Все студенты получили подробные ответы на заданные вопросы и отметили для себя много нового. Хотим поблагодарить Андрея Михайловича и Ивана Владимировича за данную встречу!

«День студента» в Политехническом университете прошел ярко, красочно, с соблюдением традиций, а также очень продуктивно и интересно!

## ПАРАЛИМПИЙСКИЙ УРОК

*Текст: Валерия Авидаева*

14 апреля прошла встреча с Татьяной Викторовной Ильюченко, в формате паралимпийского урока.

Татьяна Викторовна – чемпионка и многократный призер Паралимпийских игр, многократная чемпионка мира, заслуженный мастер спорта России по лыжным гонкам среди спортсменов с нарушением зрения.

В начале встречи Татьяна Викторовна предложила посмотреть короткометражное видео, для того чтобы наглядно показать студентам, что из себя представляют Паралимпийские игры и как они проходят.

– Вообще, Паралимпийские игры проходят на тех же самых объектах, что олимпийские, но двумя неделями позже, – рассказывает чемпионка. – Паралимпийские игры почти не отличаются от олимпийских игр. Такая же линейка, такая же предолимпийская неделя. Что такое предолимпийская неделя? Это соревнования, которые проходят практически в те же самые сроки, но за год до основного олимпийского форума, так называемая генеральная репетиция. Это проводится для того чтобы спортсмены побывали на спортивных объектах, почувствовали лед, почувствовали трассу.

Впервые наши паралимпийские спортсмены появились на международной арене в 1988 году. Робко, неуверенно, бывали анекдотичные случаи с экипировкой и инвентарем, но тем не менее с каждым годом они становились увереннее, заявляя о себе.

– Татьяна Викторовна, смотря на Вас, складывается впечатление, что Вы сильный и целеустремленный человек. Как бы в двух словах Вы бы охарактеризовали сами себя?

– Я ярко выраженный Стрелец. Я не особо верю в гороскопы, но недавно мне попался один, который прямо описал меня точь-в-точь, причем я Бык и Стрелец, а это вообще беда. Знаете, я не равнодушна, деятельна, упорная и мне интересно жить.

В завершении встречи ребята сделали памятные фотографии. Татьяна Викторовна дала ребятам совет: «Творите, учитесь, берите от времени, в котором мы сейчас находимся, все что можно и нельзя».



# НЕТ СМЫСЛА СПОРИТЬ СО СТИХИЕЙ

Текст: Валерия Аылдаева

27 апреля в клубе Фараон прошел финал самого масштабного мероприятия нашего университета – Мисс и Мистер АлтГТУ от Комитета по культуре Студенческого правительства АлтГТУ. Два месяца долгой и упорной подготовки завершились грандиозным шоу. Финалисты продемонстрировали все, на что способны. От зажигательных танцев до душевных стихотворений, участниками конкурса доказано, что каждый достоин звания Мисс и Мистер АлтГТУ.

«Мисс и Мистер» – это не просто борьба за титул: на этом конкурсе участники со своей группой поддержки дарят окружающим море позитива, улыбок и отличного настроения. Всё это благодаря совместной творческой деятельности создает всеобъемлющую дружескую и креативную атмосферу, которая в свою очередь поддерживает в студенческой среде значимость идеалов дружбы, взаимной поддержки, честной игры и доброго отношения друг к другу даже в ситуации соперничества. Каждый участник стремится не только проявить свои таланты, но и поспособствовать формированию представлений о прекрасном, показать, что по-настоящему красивый человек – это человек, способный искренне и безвозмездно творить добро.

Главный организатор этого грандиозного мероприятия – Сулова Елизавета, председатель Комитета по культуре. В состав жюри вошли: председатель Совета обучающихся – Студенческого правительства АлтГТУ Евгений Александров, руководитель студии современного балета «Поколение», хореограф-постановщик телевизионного проекта «Поверь в себя» Олеся Александровна Лихенко,



директор Модельного агентства «Стиль», директор конкурса «Мисс Барнаул» и российского конкурса «Мисс Сибири» в г. Томске Баёва Татьяна, организатор, ведущая, режиссер мероприятий, директор Event-агентства ООО «Империя праздников Татьяны Солоп», автор проекта «В ночь на Ивана Купала», спикер международного форума ведущих и организаторов «Сибирский вариант» Татьяна Солоп, начальник отдела внеучебной работы АлтГТУ Наталья Андреевна Дудкина.

За титулы «Мисс АлтГТУ» и «Мистер АлтГТУ» соревновались 8 очаровательных девушек и 8 галантных юношей: Дарья Даниленко (УТК) и Александр Чеботников (УТК), Анастасия Котова (ФЭАТ) и Артур Шааб (ФЭАТ), Ульяна Галанина (ЭФ) и Андрей Быков (ФСТ), Ольга Каратаева (ИЭИУ) и Иван Кашеваров (ФИТ), Екатерина Шарманова (СТФ) и Артем Андришук (ЭФ), Юлия Еремина (ИнАрхДиз) и Константин Зимаев (СТФ), Софья Махрова (УТК) и Андрей Мальцев (ИнБиоХим), Софья Земская (ФИТ) и Кирилл Миронов (ФСТ).

Не обошлось и без традиционной «визитки», во время которой юноши и девушки представляли себя, в свободном жанре рассказывали о своих способностях, мечтах и хобби. Неожиданным открытием стало вокальное выступление Софьи Махровой с песней «Young and beautiful». Зрители с большим удовольствием слушали песню «Russian woman» в исполнении Юлии Ереминой. А также Иван Кашеваров внес позитив всему залу, рассказав стендап, в котором каждый нашел частичку себя.

Также ребята представили нам

дефиле профессий. Это общий номер, в котором участникам нужно не только выгодно себя представить, но и продемонстрировать специальность, на которую они учатся в университете. Так ребята с энергетического факультета, продемонстрировали свои яркие костюмы со светодиодами, а Ольга Каратаева продемонстрировала всю мощь экономического факультета в своих «денежных» крыльях.

Завершением стало танго в исполнении всех участников конкурса. Все участники были прекрасны!

По единогласному решению жюри Вице-Мисс АлтГТУ 2021 стала Анастасия Котова, Вице-Мистером АлтГТУ 2021 – Константин Зимаев. Мисс АлтГТУ 2021 стала Юлия Еремина, Мистером АлтГТУ 2021 – Артур Шааб.

Свою золотую корону Юлия получила из рук победительницы 2019 года, Скрипченко Кристины. Артур получил памятный приз от Татьяны Солоп, книгу «Васильковое поле» С. Есенина.

Хотим поздравить ребят с победой, а также выразить благодарность организаторам данного мероприятия за грандиозное шоу!



# И ВСЕ ЖЕ ЗАКОН УМАЛЧИВАЕТ ТО, ЧТО ГОВОРИТ ТЕАТР

Текст: Полина Вострикова

14 апреля клуб-ресторан «Фараон» окрасился самыми яркими цветами. Именно в этот день прошел финал конкурса красоты и талантов прекрасного Строительно-технологического факультета – Мисс и Мистер СТФ 2021!

Конкурсантам предстояло раскрыть тему «Театр». В этот вечер мы увидели миниатюры ребят, их прекрасные костюмы, услышали песни и танцы и наблюдали настоящее шоу!

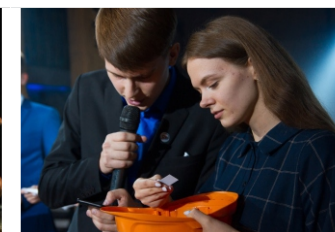
Кто сказал, что ребята этого факультета умеют только над чертежами сидеть? Парам удалось раскрыть истории любви, театр теней и преподнести монолог о мечте.

А какое было дефиле! Мы увидели самые креативные самодельные костюмы - и строительные краны, и герои любимых мультфильмов, и кирпичи... словом, настоящие строители.

Роль публики тоже не осталась малой – в зале царил невероятная атмосфера, зрители с предвкушением ждали каждый номер и аплодировали изо всех сил каждой паре, независимо от того, кого они пришли поддержать.

Итоги получились следующие: звание «Мисс СТФ 2021» завоевала Галле Анастасия, а Мистером СТФ 2021 стал Гончаров Егор. Почетные звания Вице-Мисс и Вице-Мистера получили Асеева Марина и Полянский Александр.

Наша редакция поздравляет победителей конкурса Строительно-технологического факультета и желаем им неисчерпаемого вдохновения!



# ПРЕКРАСНОЕ В ПОЛИТЕХНИЧЕСКОМ

Текст: Екатерина Кеслер

10 марта в нашем Политехническом университете прошёл финал конкурса Мисс ИнАрхДиз.

Самый творческий факультет представили 6 прекрасных девушек: Гурина Дарья, Тырышкина Софья, Феденёва Софья, Алина Дмитриевна, Дарья Попова и Дежкина Василина.

В начале мероприятия зрителям было представлено восхитительные дефиле и танец. Затем последовали творческие номера каждой из участниц. Девушки выступали с прекрасными танцами, песнями и даже стендапом, который был неожиданным сюрпризом для всех.

Мы уверены, что у жюри был очень сложный выбор, ведь выделить одну красавицу из шести почти невозможно! Но, тем не менее, спустя 10 минут раздумий, судьи предоставили волнительные результаты.

По мнению жюри номинации распределились следующим образом:

Мисс Грация – Гурина Дарья;  
Мисс Индивидуальность – Тырышкина Софья;  
Мисс Креативность – Феденёва Софья;  
Мисс Очарование – Дежкина Василина;  
Мисс Романтика – Дмитриева Алина;  
Мисс Харизма – Попова Дарья.

А теперь расскажем о самых главных итогах конкурса. Итак, приз зрительских симпатий достался Тырышкиной Софье, титул Вице-Мисс ИнАрхДиз получила Гурина Дарья. А звание победительницы этого масштабного мероприятия и титул Мисс ИнАрхДиз завоевала Феденёва Софья!

Хотим поздравить прекрасных девушек и пожелать больше креативности и веры в себя!

Этот конкурс получился очень интересным и даже трогательным. Хотим поблагодарить Настю Павлову и всех организаторов за такое красивое и грациозное мероприятие!



## ПОЕХАЛИ!

*Текст: Екатерина Кеслер*

3 апреля в АлтГТУ прошла патриотическая квест-игра «Космогонка» от Комитета по политике Студенческого правительства АлтГТУ.

Данное мероприятие было приурочено к 60-летию полета человека в космос. В этом году игра была проведена на тему «Советская космонавтика».

Комитет по политике подготовил для студентов 16 очень завораживающих и интересных станций, которые помогут погрузиться в тему с космосом и познать все подробности космонавтики со времен СССР. На квест-игре были такие станции как «Чертеж ракеты», «Поиск трещин», «Космическая еда» и другие.

В этом году участие принимало 9 команд от разных факультетов/институтов/колледжа нашего университета. Все команды показали сплоченность, командную работу и прошли даже самые сложные станции.

Призовые места распределились следующим образом:

- 1 место – Строительно-технологический факультет;
- 2 место – Энергетический факультет;
- 3 место – Институт биотехнологии, пищевой и химической инженерии.

Поздравляем ребят с победой и хотим пожелать успехов в дальнейшем!

Хотим поблагодарить Комитет по политике за организацию такой космической квест-игры и желаем успехов в проведении следующих мероприятий!



## ЛЮБВИ ВСЕ ФАКУЛЬТЕТЫ И КУРСЫ ПОКОРНЫ

*Текст: Георгий Дивнич, Екатерина Кеслер*

12 февраля на 4 этаже ГК прошло мероприятие «Студенческий загс», организованное Комитетом по культуре.

В этот день любая пара Политехнического университета могла зарегистрировать студенческий брак. Новобрачным вручались кольца и красивые свидетельства.

Также активисты комитета подготовили для студентов фотозону, на которой можно было сделать красивую фотографию в стилистике Дня всех влюбленных, испекли печенье с предсказаниями, в которых были написаны приятные слова. А также на празднике любви был Маг, который рассказывал студентам об их жизни и о будущем.

На большой перемене 12 февраля всем было безумно весело и интересно, играла веселая музыка и присутствовала приятная атмосфера.

В конечном итоге в Студенческом ЗАГСе 10 счастливых пар зарегистрировали свой студенческий брак.

Хотим поблагодарить Комитет по культуре за организацию такого интересного мероприятия!

## ВЫШЕ! БЫСТРЕЕ! СИЛЬНЕЕ!

*Текст: Ксения Соколова*

17 апреля в спортивном манеже АлтГТУ были проведены межфакультетские соревнования «Веселые старты» от Комитета по спорту Студенческого правительства АлтГТУ.

«Веселые старты» – это хорошая возможность проверить и показать свою физическую подготовку, посоревноваться между факультетами, а также провести время весело и с пользой. Тематикой соревнований в этом году стали диснеевские персонажи, организаторы воплотили костюмы любимых героев мультфильмов, таких как Чип и Дейл, Джин, также присутствовали герои любимого всем мультфильма «Винни пух».

На Веселых стартах было представлено 10 совершенно разных и очень интересных станций, одной из которых была «Оказание первой помощи» от волонтеров-медиков. Участие приняли такие факультеты как УТК, ЭФ, ИнБиоХим и сборная команда СТФ и ФИТ.

Места распределились следующим образом:

- 1 место – Институт биотехнологии, пищевой и химической инженерии;
- 2 место – Университетский технологический колледж;
- 3 место – Энергетический факультет.

Хотим поздравить ребят с призовыми местами, а также высказать благодарность Комитету по спорту за организацию столь интересного и увлекательного мероприятия!



## ОТВАЖНЫЕ, СИЛЬНЫЕ, ЗАКАЛЕННЫЕ!

*Текст: Екатерина Кеслер*

24 апреля на лыжной базе АлтГТУ прошла военно-патриотическая игра «Зарница» от Комитета по политике Студенческого правительства АлтГТУ.

В этом году участие принимали 22 команды от разных факультетов/институтов/колледжа, комитетов, студенческих отрядов и даже школ. По традиции участниками игры стали школьники и студенты Ребрихинского и Павловского районов. Кураторами было организовано 24 интересных и увлекательных станций, которые помогли захватить ребят и полностью погрузить в тематику мероприятия. Каждая команда показала свою сплоченность, стойкий характер, а также эмоциональную и физическую выносливость.

После прохождения станций участникам была предложена военно-полевая кухня и вкусный горячий чай, а также интересная выставка оружия от Военного учебного центра АлтГТУ.

По результатам данной игры призовые места среди студентов распределились следующим образом:

- 1 место – Институт биотехнологий, химической и пищевой инженерии;
- 2 место – Энергетический факультет;
- 3 место – Строительно-технологический факультет.

Призовые места среди школьников:

- 1 место – Ребрихинская СОШ;
- 2 место – МБОУ «СОШ №70»;
- 3 место – МБОУ «СОШ №113 имени Сергея Семенова».

Хотим поблагодарить Комитет по политике за организацию данного мероприятия и пожелать дальнейшего развития!





## ВЫЕЗДНАЯ ШКОЛА АКТИВА ВЕСНА 2021. ПЕРЕЗАГРУЗКА

*Текст: Екатерина Исаева*

Прошлый год стал настоящим испытанием для всего мира. Тяжёлая обстановка отразилась и на функционировании Студенческого правительства. Выездную школу актива («Весна 2020») пришлось отменить. Это сложное время прошло, поэтому в этом году школа раскрыла свои двери перед активистами со всех курсов и факультетов.

На 3 дня, а именно с 9 по 11 апреля, студенты отправились в парк-отель «Чайка», на базе которого и проходила Выездная. По старой доброй традиции в пятницу всех ожидал ранний подъём и сбор на «сковородке» АлтГТУ. В пути уже участники школы делились своими ожиданиями и настраивались на 3 очень продуктивных дня для саморазвития.

По прибытии в парк-отель ребят ожидали тренеры-кураторы и дальнейшее распределение по командам. Для более продуктивной работы в интересах каждого участника на школе были созданы 4 площадки:

1. медиа
2. тьюторство
3. лидеры СП
4. руководство

Каждая площадка была направлена на полное раскрытие потенциала и приобретение новых навыков, которые помогут развиваться не только в структуре Студенческого правительства, но и за её пределами.

Каждый день был насыщен разными событиями, но в основу легли увлекательные и поучительные мастер-классы, как от членов тренерского состава, так и от специально приглашённых гостей: Николая и Полины Савинских, Ивана Владимировича Огнева, Светланы Власовой и многих других.

Но у вас нет полной картинке о Выездной ША, верно? Верно, ведь никто не сможет лучше рассказать о проведённом времени, чем сами участники и кураторы:



### Григорий Харитонов (ИнБиоХим, ХТ-01):

— Поначалу мне было тяжело, мы много работали, и практически не было свободного времени. В первый день я даже жалел, что поехал, потому что я ожидал совсем другого. Но, когда наша команда сплотилась, когда мы стали помогать друг другу, выполняя то или иное задание, я понял, в чем заключается смысл Выездной школы актива – уметь выполнить любую поставленную перед собой задачу, не опустить руки, когда возникнут трудности, и, самое главное, уметь работать в команде.

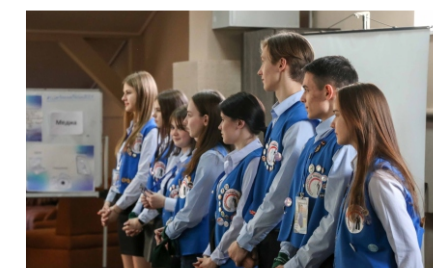
### Юлия Чабина (ИЭиУ, )::

— Для меня Выездная школа прошла очень весело и интересно. Удалось прочувствовать на себе весь спектр эмоций. Несмотря на то, что мне, как старшему тьютору, большая часть образовательных блоков уже знакома, я всё же нашла что-то новое для себя. Но самое важное, что я нашла на Выездной ША, – это люди. Действительно, за эти 3 дня я подружилась с огромным количеством прекрасных, интересных людей, которые подарили мне бурю крутых эмоций.

### Исаева Екатерина (ИЭиУ, ГМУ-91):

— Выездная ША – место, куда хочется вернуться. Неважно, с какого ты курса или сколько тебе лет. Я второй раз побывала на школе, а всё, как впервые: яркие эмоции, тёплые воспоминания, прекрасное окружение, интересные знакомства, и старые друзья, которые открылись с новой стороны своих талантов. За столь короткое время ты преодолеваешь все свои пределы и забываешь о лени. Мозг, тело и дух работают на все 100%. И именно такой подход заставляет в конце радостно выдохнуть, ведь ты понимаешь, что сделал всё для своего саморазвития.

Несмотря на все трудности, с которыми могли столкнуться организаторы и участники, школа прошла на высшем уровне. Вспомнилось одно прекрасное высказывание: «Важно не место, важны люди». А люди там всегда жизнерадостные, активные, полные новых идей, мечтаний, и, конечно же, любят быть первыми! Благодаря им Выездная школа будет открывать свои двери ещё долгие годы.





# ЗНАНИЕ – СИЛА!

*Текст: Григорий Харитонов*

С 14 по 26 апреля в АлтГТУ прошла Своя игра для школьников от Комитета по внешним связям Студенческого правительства АлтГТУ.

Это интеллектуальный профориентационный конкурс, направленный на помощь школьникам в их сложном задании – выборе того места, где они будут получать знания и навыки после школы.

В 2019 году была проведена первая «Своя игра», ребята охотно участвовали в игре, выполняя задания, и показывали хороший уровень знания и подготовки.

Однако в 2020 году финал не состоялся из-за нагрянувшей пандемии коронавируса, которая была большим огорчением. Но мы знаем двух ребят, которые поступили в АлтГТУ после Своей игры 2020 года – это двое студентов, которые выбрали ФИТ и УТК.

В этом году было решено наверстать упущенное – было приглашено 18 команд, участвовало 11, из которых 4 вышли в финал и заняли призовые места!

Места распределились следующим образом:

- 1 место – МБОУ СОШ №132, команда «Ассамблея»;
- 2 место – Гимназия №79, команда «Факториал»;
- 3 место – МБОУ СОШ №70, команда «Сокол».

Ребята показали достойный уровень знаний, проявляли большую активность, и многие оказались заинтересованы техничес-



ким образованием, что не может не радовать! А две команды из числа 9 и 10 классов пообещали вернуться в следующем году тем же составом, чтобы снова доказать, что они лучшие! Мы очень надеемся, что ребята выберут именно наш университет, мы будем им очень рады!

Также отдел по профориентации периодически проводит профориентационные уроки в школах, гимназиях и лицеях.

Немного о том, что собой представляют профуроки. Это тренинги, на которых наши студенты рассказывают о структуре АлтГТУ: о его факультетах и институтах, о проходных баллах и возможностях поступления на различные специальности и направления. Для школьников формат профуроков является удобным и интересным, ведь они могут задать любой вопрос о жизни университета.

Григорий Ковалев, экс-руководитель отдела по профориентации КВС АлтГТУ: «Для нас стало большой неожиданностью, что большое количество школ сами звонили нам и просили назначить профурок, поскольку обычно мы сами звоним в разные школы, предлагаем дату и время. Мы проводили социальный опрос, и его результаты показали, что более 80 процентов ребят заинтересованы в том, чтобы познакомиться не только со университетом, его активом, студентами, но и узнать больше о наших потенциальных работодателях. В этом году мы опробовали два новых формата ведения профуроков: это работа на большую аудиторию в актовом зале, а также мастер-классы. Эти форматы понравились ребятам, поэтому мы и дальше планируем продолжать вести уроки в таком формате!»

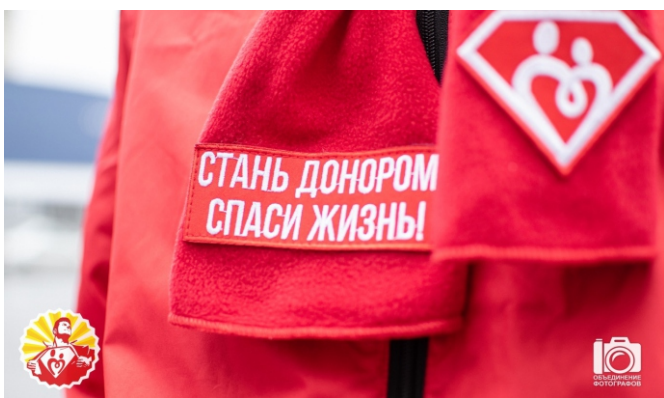


# СТАНЬ ДОНОРОМ. СПАСИ ЖИЗНЬ!

*Текст: Екатерина Веретенникова*

**Донор – это не профессия и не работа, это призвание. Люди с таким призванием вызывают восхищение, ими гордятся страна, потому что они дарят другим самое ценное, что невозможно выработать какими либо современными технологиями или заменить химическими веществами, как бы далеко не ушла наука в этой области, – свою кровь. Не случайно слово «донор» произошло от латинского «donare» – «дарить».**

Однако просто перелить взятую кровь от человека к человеку не безопасно. Прошло немало времени до тех пор, когда были открыты группы крови, усовершенствовались методы ее забора, консервации и транспортировки. На сегодняшний момент основная масса вопросов в этой области решена: забор донорской крови превратился в безопасную процедуру, методы ее консервации, анализа и способы переливания изучены, однако вопрос наличия доноров крови еще остается. С развитием медицинской науки возросло потребление донорской крови. Она расходуется при заболеваниях крови, анемиях, шоковых состояниях, травмах, операциях и многих других клинических состояниях. Вместо цельной крови в настоящее время для переливания используют ее составляющие: эритроцитарную массу, плазму, тромбоциты, что позволяет более избирательно производить лечение пациентов.



Основные принципы, используемые в процессе донации крови:

- кровь, получаемая от донора, должна соответствовать нормам безопасности;
- граждане становятся донорами крови по собственному желанию;
- донорство крови не должно влиять на здоровье донора;
- соблюдение правовой составляющей и социальная поддержка для донора крови;
- развитие безвозмездного донорства крови.

Донору крови предоставляются права на:

- безвозмездную донацию крови или в ряде случаев за денежное вознаграждение;
- защиту здоровья донора и соблюдение его прав;
- предоставление информации касательно его медицинского обследования;
- предоставление информации касательно возможных нежелательных результатов донорства крови;
- предоставление медицинской помощи бесплатно, если развились осложнения в процессе донорства крови;
- возмещение ущерба, полученного в результате донорства крови;
- необходимую поддержку согласно действующему законодательству.

«Стань донором. Спаси жизнь!» – всего четыре слова, которые несут гораздо больший смысл. В Алтайском крае уже по традиции прошел одноименный краевой социальный проект, реализованный с использованием гранта Президента Российской Федерации, предоставленного Фондом президентских грантов. Организаторами проекта выступили Алтайский региональный общественный фонд благотворительных и социальных программ «Звездный свет» и ФГБОУ ВО «Алтайский государственный технический университет им. И.И. Ползунова». За 2020-2021 учебный год данная акция проходила с 1 по 16 октября и с 1 по 23 апреля в г. Барнаул, г. Бийск, г. Рубцовск, и весной к городам-участникам присоединился г. Камень-на-Оби. За время проведения акции участие приняло более 2000 человек, успешно стали донорами около 2000 человек, сдано около 1000 литров крови.

Помимо самой акции по забору крови команда проекта организовала цикл региональных мероприятий. «В образовательных организациях и на уличных площадках городов нашего региона мы провели более 50 промоакций для более 5 тысяч участников. Добровольцы прочитали лекции о донорстве и организовали видеозаписи «Как стать донором?» в Алтайский краевой центр крови для четырех тысяч школьников», – рассказывает начальник управления внеучебной работы АлтГТУ Иван Огнев.

В рамках проекта был проведен традиционный конкурс социальной рекламы «Стань донором. Спаси жизнь!», целью которого стали популяризация здорового образа жизни среди студенческой молодежи и мотивация к участию в донорском движении.

125 участников из 28 образовательных организаций Алтайского края представили свои работы, которые в дальнейшем будут использоваться для популяризации донорского движения.

Награждали участников конкурса организаторы проекта: Иван Огнев, председатель первичной профсоюзной организации студентов АлтГТУ Анастасия Ермакова, и.о. директора ИнБиоХим АлтГТУ Юлия Лазуткина, менеджер по пропаганде донорства крови краевого государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Алтайский краевой центр крови» Татьяна Мартынова.

В номинации «Макет наглядных раздаточных материалов социальной рекламы» в возрастной категории 14–17 лет 1 место заняла Елена Минавщикова. В категории от 18 до 23 лет 1 место заняли Платонов Максим и Смольникова Алена. В номинации «Макет наружной социальной рекламы» в возрастной категории 14–17 лет 1 место заняла Чернова Дарья. В категории от 18 до 23 лет 1 место занял Юматов Арсений и коллектив авторов: Тектиева Элина, Жданова Валерия, Кошеварова Ирина. В номинации «Социальная реклама – видеоролик» возрастной категории 14–17 лет 1 место заняла Лапченко Алена. В категории от 18 до 23 лет 1 место заняла Жбанова Юлия.

Если вам есть 18 лет, ваш вес больше 50 килограмм, и вы чувствуете желание помогать людям, «Стань донором. Спаси жизнь!» – это та акция, в которой вы должны хоть раз принять участие.



# ПЕРВАЯ МАШИНА

Текст: Артём Нанин

Студенческая жизнь приобретает краски, когда появляется автомобиль. Молодые люди предпочитают иномарки, которые выигрывают в сравнении с отечественным автопромом: по стильному оформлению салона и внешнему дизайну, отличаются маневренностью и долговечностью. Важное значение при покупке машины играет невысокая ценовая категория. Приведем лучшие машины для студента с учетом их рейтинга.

Наш список представит пять машин, которые входят в бюджет до 350 тысяч рублей.

**5** Лада Гранта (2014 г. выпуска).  
Стоимость: 310 тысяч рублей. Облагаемый налог на 2021 год: 870 рублей.

Такая машина подходит для поездок по городу и за его пределами.

Данная машина имеет малый расход бензина: на 100 км от 6,5 до 7,7 литров.

Мощность двигателя: 87 л.с. при объеме двигателя 1,6 л.

Тип кузова: седан.

Трансмиссия: механика.

Привод: передний.

Расположение руля: левое.



**4** Datsun on-DO I (2015 г. выпуска).  
Стоимость: 347 тысяч рублей. Облагаемый налог на 2021 год: 435 рублей.

При аккуратном использовании машина будет служить свыше 6 лет. Такая модель пользуется спросом не только в России, но и за её пределами.

Расход бензина: на 100 км от 6,6 до 7,7 литров.

Мощность двигателя составляет 87 л.с. при объеме двигателя 1,6 л.

Тип кузова: седан.

Коробка: механическая.

Привод: передний.

Расположение руля: левое.



**3** Mazda Familia VIII (BJ) (2002 г. выпуска).  
Стоимость: 210 тысяч рублей. Облагаемый налог на 2021 год: 1350 рублей.

Открывает тройку машина, которая зарекомендовала себя ещё с 90-х гг. Она выделяется среди остальных своими техническими характеристиками.

Подходит как для семейных поездок, так и для одиночных выездов. Многочисленныеカスタムные усовершенствования выделяют вас из масс машин.

Расход бензина: на 100 км от 5 до 10 литров.

Мощность двигателя: 137 л.с. при объеме двигателя 1,9 л.

Тип кузова: универсал 5 дв..

Коробка: автоматическая.

Привод: передний.

Расположение руля: правое.



**2** Toyota Camry V (XV30) (2002 г. выпуска).  
Стоимость: 350 тысяч рублей. Облагаемый налог на 2021 год: 3498 рублей.

Компания Toyota предоставляет огромный выбор машин. Первоначально компания выпускала швейные машинки, поэтому в логотипе соединены два игольных ушка. Машины данной компании служат довольно долго, а также запчасти всегда имеются в наличии.

Расход бензина: на 100 км от 3 до 14 литров.

Мощность двигателя: 159 л.с. при объеме двигателя 2,4 л.

Тип кузова: седан.

Коробка: автоматическая.

Привод: передний.

Расположение руля: правое.



**1** Mitsubishi Lancer IX Рестайлинг (2005 г. выпуска).  
Стоимость: 275 тысяч рублей. Облагаемый налог на 2021 год: 984 рубля.

Компания Mitsubishi предлагает оптимальную машину для поездок по городу и дальних выездов за границу. Удобство в управлении, комфорт, надёжность и престижность отличают эту модель от других.

Расход бензина: на 100 км составляет от 3 до 13,8 литров.

Мощность двигателя: 82 л.с. при объеме двигателя 1,3 л.

Тип кузова: седан.

Коробка: механическая.

Привод: передний.

Расположение руля: левое.



# ОБЗОР НА CYBERPUNK2077

Текст: Георгий Дивниг, Роман Кулакин

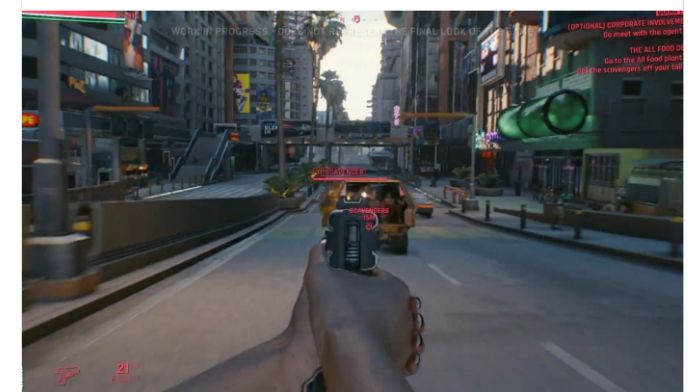
**2 месяца...** Именно столько времени понадобилось, чтобы разобраться, чем является эта игра: шедевром или попыткой расписать очередную незавершенный продукт. Сегодня мы попробуем разобраться, чем же на самом деле является эта игра. Оценивать мы её будем по трём критериям: сюжет, геймплей и баги.

Начнём с такого аспекта любой игры как баги. Буквально с первых минут игрок сталкивается с многочисленными багами и ошибками. Многие из них уже были исправлены и устранены, но не все. Также стоит упомянуть о плохой оптимизации, которая была исправлена в первых патчах. Летящие кусты, исчезающие NPC, ошибки в кат-сценах... и это только малая часть того, с чем может столкнуться игрок.

Поговорим о геймплее. Стрельба в Cyberpunk'е приятная, реализована на должном уровне. Однако слабый ИИ всё портит. Вот к примеру: враги часто теряют ГГ из поля зрения, вследствие чего перестают его атаковать. Также стоит упомянуть о том, что весь геймплей завязан на уровнях. Игрока просто привязывают к ним, будто говоря: «Если хочешь пройти эту игру, прокачай персонажа, либо закрой её вообще».

А теперь о приятном – сюжет. Вот ради чего действительно стоит купить эту игру. Он захватывающий и интригующий, присутствуют неплохие сюжетные повороты, после которых игрок остаётся в недоумении. Отдельно стоит выделить гениальные отсылки на другие произведения массовой культуры, только за это Cyberpunk'у хочется поставить «палец вверх». А ещё есть вариативность прохождения: игрок сам выбирает стиль прохождения и на протяжении всей игры выбирает сюжетные линии, которые влияют на концовку. Кстати, о концовках: в игре их 3. Они все разные, и каждая из них по-своему особенная.


Да, это игра не без минусов. Возможно, их даже больше, чем плюсов. Однако, мы рекомендуем к прохождению Cyberpunk 2077, ведь каждая игра достойна того, чтобы её прошли. Хотя бы ради сюжета, который не оставит вас равнодушными. Будем надеяться, что разработчики в ближайшее время исправят свои ошибки и сделают игру лучше. А пока мы желаем вам удачи и получения удовольствия от игры!






## БИНГО СТУДЕНТА

Предлагаем тебе сыграть с нами в бинго студента. Правила просты до невозможности: зачеркиваешь квадраты, которые с точностью подходят под описание твоей студенческой жизни. Закрытый ряд означает, что ты собрал(а) бинго.

живешь на картошке	пойдешь на любую конференцию, если там бесплатная еда	засыпаешь на парах	оригинальность 2%? плавать, отправляю	тусил(а) на кухне в общешитии
носил(а) одну и ту же одежду 3 дня подряд	присылаешь задание за минуту до дедлайна	ждешь стипендии больше, чем каникул	самые близкие друзья – из университета	ходил(а) тусить с друзьями вместо выполнения дом. задания
вечно недоволен процессом обучения	«Дедлайн сегодня? Сделаю вечером» – твой девиз		ел(а) на парах	не купил(а) дорогой учебник и теперь читаешь с компьютера
перепроверить себя? нет, спасибо	просыпал(а) пары	никогда не высыпался	групповое задание – делаешь все сам(а)	первая пара? не для меня
ты так часто носишь свою толстовку, что она стала уже частью тебя	пропускал(а) пары, чтобы доделать дз	постепенно хочешь спать	жалеешь, что оставил(а) важное на крайний срок	выпивал(а) больше кофе, чем нужно

скажи близким, как сильно ты их любишь	помоги соседу с сумками	помоги брату или сестре	оплати кому-нибудь обед	сделай комплимент
поддержи малый бизнес	сделай пожертвование в благотворительную организацию	уберись дома без просьбы родителей	предложи помощь незнакомцу	передай кому-нибудь добрую записку
улыбнись	донеси мусор до мусорки (даже если он не твой)		оплати кофе для человека, стоящего за тобой в очереди	напиши благодарственное письмо
испеки печенье для друзей	оставь сдачу в автомате с едой	устройся волонтером	обнимись	отдай старые книги на благотворительность
придержи дверь человеку за тобой	пропусти человека вперед, если он спешит	поделись с одногруппниками вкусняшкой	съезди в приют	оставь курьеру вкусняшку


## БИНГО ДОБРОТЫ

Предлагаем тебе сыграть с нами в бинго доброты. Правила просты до невозможности: зачеркиваешь квадраты, с точностью подходящие под описание тех добрых дел, которые ты делал(а). Закрытый ряд означает, что ты собрал(а) бинго.

## БИНГО СТИКЕРСТРЯНКА

Предлагаем тебе сыграть с нами в бинго «стикерстрянка». Правила просты до невозможности: зачеркиваешь квадраты с указанием тех мест, на которые ты клеил(а) стикеры. Узнаем, насколько ты стикероман(ка). Закрытый ряд означает, что ты собрал(а) бинго.

стакан под ручки	аккумулятор	стол	развороты	шкаф
ноутбук	зарядка	мудборд	зеркало	стул
письма другу	поднос		термокружка	холодильник
рамка для фото	ежедневник	лицо	чехол для телефона	коробка
бутылка для воды	пенал	фотоаппарат	паспорт	стена

ведешь планер в точку	у тебя стикеров больше, чем игрушек в детстве	расстраиваешься, когда остаются незачеркнутые дела	пользуешься цветными маркерами	любишь планеры на кольцах
постоянно кончаются стикеры для планирования	любишь, когда дела записаны горизонтально	везде носишь планер с собой	пользуешься печатью	записываешь запоминающиеся моменты в отдельный разворот
у тебя более 1 планера	есть любимый блогер этой темы		ведешь список вещей в заметках	есть дневник благодарности
смотришь видео по планированию	есть дорогая канцелярия	пользуешься только красивыми закладками	заказывала что-то для планеров в интернете	есть список любимых фильмов/книг
отмечаешь дела кружочками	выкладываешь красивые развороты в соц.сети	дома лежит куча скотча	первый планер – обычная школьная тетрадь	выучился латинскому для красивых заголовков

## БИНГО ПЛАНИРОВАНИЯ

Предлагаем тебе сыграть с нами в бинго планирования. Правила просты до невозможности: зачеркиваешь квадраты, которые с точностью описывают тебя как планировщика. Закрытый ряд означает, что ты собрал(а) бинго.





## Я ПОМНЮ ЧУДНОЕ МГНОВЕНИЕ...

*Текст: Екатерина Стенанова*

3 марта ежегодно отмечается праздник, посвященный литературным авторам и их творчеству – «Всемирный день писателя».

Истоком этого дня служит Международный ПЕН-клуб, который был основан в Лондоне ровно 100 лет назад, в 1921 году, по инициативе Кэтрин Эми Доусон-Скотт и писателя Джона Голсуорси. Члены клуба призывали бороться против лживых публикаций, вымышленных искажений фактов, другими словами, они выступали за достоверные материалы, которые преподносятся в массы. И в 1986 году на 48-ом конгрессе представители разных стран договорились ежегодно отмечать 3 марта «Всемирный день писателя».

В России ПЕН-клуб был создан немного позднее, в 1989 году, штаб-квартира находилась в Москве.

В наше время день писателя отмечают как авторы литературных произведений, так и представители «четвёртой власти» – журналисты.

Главной целью этого праздника является напоминание авторам о том, что их творчество бесценно, и каждый имеет право свободно выражать свою позицию и доносить ее до читателя. Причем неважно, в каком жанре пишет автор, главное то, что он хочет донести до публики, чем хочет поделиться с ней.

Ежегодно 3 марта проходят церемонии награждения различными книжными премиями, таких как «Премия ПЕН-клуба за поэзию в переводе», «Премия начинающих писателей PEN/Fusion», «ПЕН/Набоковская премия», «Премия

PEN/Nora Magid за редактирование журналов) и множество других.

Международная литературная премия имени Фазиля Искандера была учреждена «Русским ПЕН-центром» 3 августа 2016 года. Премия была введена для того, чтобы увековечить выдающегося русского писателя и Вице-президента ПЕН-клуба в России. Премию вручают по трем номинациям: проза, поэзия, киносценарий. Лауреаты премии получают дипломы, а также денежное вознаграждение.

Также проводятся творческие выставки, участие в которых может принять любой желающий, и конкурсы за звание лучшего в своем направлении. Устраивают встречи с известными литературными деятелями, которые делятся своим опытом и знаниями с аудиторией.

Праздники, подобные «Всемирному дню писателя», помогают объединить людей со схожими интересами, придают уверенность авторам и значимость перед коллегами и читателями.

С каждым днем появляется все больше авторов и, соответственно, растет количество написанной литературы. Нужно поддерживать начинающие таланты и не забывать про вклад классиков.



## 14 ФЕВРАЛЯ ИЛИ 8 ИЮЛЯ?

*Текст: Екатерина Исаева*

14 февраля во многих странах мира считается Днём всех влюблённых или Днём святого Валентина. Первое упоминание об этом дне, как о значимом событии было зафиксировано у английского поэта Джеффри Чосера. В своей поэме «Птичий парламент» он написал следующее: «Ибо было это в Валентинов День, когда каждая птица выбирает себе пару» (примерный перевод).

В честь праздника люди дарят своим вторым половинкам подарки. Уже устоявшимся символом 14 февраля можно считать маленькие открытки в виде сердечек – валентинки. Существует много версий их происхождения, но одно можно сказать точно, что дизайн менялся веками от обычного листка бумаги со стихами и рисунками, до привычных сейчас ярких сердечек. И если раньше валентинка считалась отдельным и очень ценным подарком, то в наше время – это приятное дополнение к чему-то большему.

Если День святого Валентина распространён во многих странах, то в России есть ещё один день, который посвящён настоящей любви, он так и называется, День семьи, любви и

верности, и отмечается он 8 июля. Дата выбрана не просто так, ведь это ещё и день памяти Петра и Февронии Муромских. С давних времён они стали символом и примером крепкого брака. Согласно народной легенде Петр и Феврония прожили счастливую жизнь в любви друг к другу, своим детям и своему народу.

Официальным всероссийским праздником «День семьи, любви и верности» стал в 2008г. А символом стал самый распространённый и любимый многими полевой цветок – ромашка. Также в этот день супругам, прожившим в браке более 25 лет, вручается медаль «За любовь и верность».



## ПРЕКРАСНЫЙ И НЕОДНОЗНАЧНЫЙ

*Текст: Иван Камефаров*

В наши дни 8 марта – это символ красоты, нежности, женственности и весны! Однако не всем известно, как зародился этот чудесный праздник. Существует несколько версий.

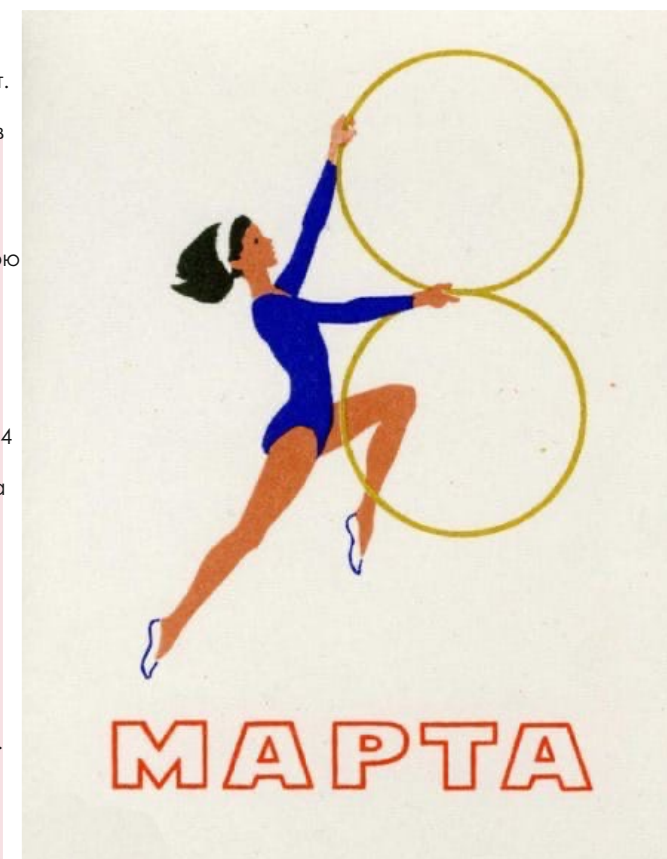
Одной из них является событие, связанное с «Маршем пустых кастрюль», который состоялся 8 марта 1857 года в Нью-Йорке. Женщины, работающие на текстильных фабриках, вышли на протест против плохих условий труда и низких зарплат. Но демонстрация не увенчалась большим успехом и вскоре была жестко разогнана полицией, однако широко разошлась в массы. Вскоре это событие стали называть «Женским днем».

В 1909-1910 годах забастовки повторяются. Социалистки и феминистки проводят «Женский день» по всей стране. Вскоре проходит «Вторая Международная Конференция женщин-социалисток», где 100 женщин из 17 стран мира выражают свою поддержку и принимают решение праздновать «Международный день солидарности женщин в борьбе за политическое, социальное и экономическое равноправие». Однако определиться с точной датой так и не удалось.

19 марта 1911 года Международный Женский день впервые отпраздновали в Дании, Австрии, Германии и других странах Европы. В 1912 году эта дата сместилась на неделю. А в 1914 году этот праздник начали праздновать уже 8 марта.

Ещё одна версия происхождения праздника имеет весьма загадочное название – «Чествование иудейской царицы». Согласно легенде, возлюбленная персидского царя Ксеркса, Эстер, спасла иудейский народ от истребления, применив на них свои чары. Ксеркс хотел истребить всех евреев, но Эстер убедила его не только не убивать евреев, а наоборот – уничтожить всех еврейских врагов, включая самих персов. Произошло это в день 13 Арда по еврейскому календарю (этот месяц приходится на конец февраля – начало марта). Почитая Эстер, евреи стали праздновать Пурим. Дата празднования была «плавающей», но в 1910 году она пришлась именно на 8 марта.

Несомненно, каждый сам выбирает версию, которой он будет придерживаться. Но то, что точно нужно знать всем: Международный Женский день – это не про «весну, цветы и украшение коллектива», а про борьбу за женские права, достойные условия труда и свободу от стереотипов.





## ЧТО ТАМ ПО ТРЕНДАМ?

*Текст: Екатерина Кеслер*

Давайте поговорим с вами о трендах весны 2021 года, ведь все мы знаем, что в настоящее время очень важной составляющей любого человека является стиль. Поэтому мы хотим рассказать вам о том, что будет модно этой весной.

- Если говорить про цвета, то наиболее актуальные в этом сезоне: бежевый, цвет слоновой кости, коричневый, белый и черный. Одежда этих оттенков смотрится выигрышно и стильно.
- Если касаться сочетания цветов, то мы хотели бы отменить монохром, он является наиболее лаконичным и модным в этом сезоне.
- Но подобрать правильные цвета – не значит составить красивый образ.
- Мы также хотели бы рассказать вам о трендовых фасонах одежды.
- Из верхней одежды будут актуальны куртки оверсайз, легкие тренчи, жилетки оверсайз, а также теплые рубашки.
- Если говорить о повседневных рубашках, то наиболее выигрышными являются базовые белые оверсайз, с необычными воротниками или же в клетку.
- Не забывайте, что в тренде все еще остаются однотонные водолазки с высоким горлом и короткие кардиганы.
- Хотим отметить также, что в этом сезоне снова будет актуален свободный и комфортный стиль, который представляет собой спортивные штаны, худи или же цельные костюмы.
- Как мы знаем, в местных магазинах часто нет нужных нам товаров, либо размеров. Лично мы вам можем посоветовать такие интернет-магазины как Shein и Asos, где вы можете заказать стильную одежду по невысоким ценам.

Одевайся комфортно и будь стильным.





# ТОП-5 РЕЦЕПТОВ ЛЮБИМЫХ МУЖСКИХ БЛЮД

Текст: Софья Феденева

## 1 Борщ

Классический рецепт борща с зелёным луком, сметаной и бородинским хлебом, на 8 порций, который обожают вся моя семья. Этот суп очень просто готовить, на это уйдёт 2 часа. Дольше всего готовится мясо, поэтому для экономии времени, его стоит отварить заранее.

Рецепт: вскипятить воду, добавить 500 г. говядины на кости (так бульон будет наваристым), варить около 1,5 часов. Затем положить лавровый лист и картофель, нарезанный кубиками.

Лайфхак, который сэкономит ваше время на мытье посуды. Обернуть доску для резки полиэтиленовым пакетом и положить её на полотенце, чтобы она не скользила по столу.

Измельчить луковицу, натереть на крупной тёрке морковь, обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Нашинкованную капусту (200 г.) смешать с обжаркой, добавить немного воды и столовую ложку томатной пасты, тушить на медленном огне 10 минут. На крупной тёрке натереть свёклу, соединить с овощами, тушить 10 минут. Ваш борщ может стать ещё ярче, если добавить в него пол чайной ложки 9% уксуса. Достать мясо и нарезать ломтиками. Соединить все ингредиенты, посолить и поперчить, добавить измельчённый чеснок, убрать с огня и дать настояться 30 минут.

Это замечательный суп с насыщенным цветом и ароматом, который не оставит ни одного мужчину равнодушным. Если подать борщ, как на его родине Украине с салом, пампушками и чесноком, то от него просто невозможно оторваться.



## 2 Шашлык

Второе место по праву занимает шашлык, без которого нельзя обойтись летом. На свежем воздухе в компании друзей и семьи вы не заметите как быстро, весело пролетит время. Приготовление этого блюда займёт всего 40 минут.

На большую компанию из семи человек потребуется примерно 2,5 кг вкуснейшей свиной шеи, из которой получается самый сочный шашлык. Лук – лучший маринад, поэтому его должно быть много, на 2 кг мяса потребуются 2 кг лука. Не забудьте добавить специальный соус для шашлыка. Соль и перец по вкусу. Мясу стоит настояться в холодильнике ночь, так шашлык получится изумительно вкусным. Что может быть проще, чем нанизать свинину на шпажки? Помните, что шашлык готовят не на открытом огне, а на жаре от углей.

В качестве тарелок можно использовать лепёшки, подрумяненные на костре, соус из кетчупа и лука, в котором мариновалось мясо, отлично гармонирует с горячим шашлыком. Вот и весь рецепт идеального летнего дня.



## 3 Пельмени

В желудке каждого мужчины всегда есть место для порции (30-50 штук) пельменей с нежнейшим соусом «кетчунезом». Для их приготовления потребуются чуть больше времени, но результат того стоит. У вас всё получится, дерзайте.

Тесто готовится следующим образом: в большую миску просеять 3,5 стакана муки, затем влить воду комнатной температуры с растворённой в ней чайной ложкой соли и добавить 2 яйца, замесить тесто руками. Далее 0,5 стакана муки высыпать на чистый стол и продолжать месить. Здесь не обойтись без грубой мужской силы.



## 4 Котлеты

Всю жизнь мужчины мучаются от выбора. Какой же гарнир лучше подходит к котлетам, «макаронки» или «пюрешка»? Эти котлеты, приготовленные по проверенному годами рецепту, прекрасны с любым гарниром.

Рецепт: 100г мякоти белого хлеба залить 50 г кипятка, пропустить через мясорубку 500 г. свинины и такое же количество говядины.

Лайфхак, который спасёт ваших милых дам от горьких слёз. Перед тем как резать лук, поместите его и нож в ледяную воду. Большую луковицу разделить пополам, одну часть натереть на тёрке, другую мелко порезать.

Соединить все ингредиенты с одним яйцом и отбить фарш, так он получится сочнее. Для того чтобы котлеты были ещё вкуснее внутрь можно положить кусочек холодного сливочного масла. Хорошенько обвалять котлеты в панировочных сухарях и жарить на растительном масле до румяной аппетитной корочки. После обжарки переложить в сковороду, добавить немного воды и тушить под крышкой на слабом огне 10 минут.

На всё блюдо у вас уйдёт не больше 1 часа, это не так уж и много для такой вкуснятины. К тому же можно приготовить котлеты впрок, сформируйте их, обваляйте в панировке и оставьте в морозилке, пока не захотите порадовать себя этим замечательным блюдом.



## 5 Блинчики

Если вы думаете, что мужчины любят только мясные блюда, то вы ошибаетесь. Они также не откажутся от сладкого лакомства. Например, от блинчиков, по рецепту моей бабушки, от которых становится тепло и уютно на душе.

Кстати, вы знаете, чем блины отличаются от блинчиков? Блины – это пышное, очень сытное основное блюдо, а блинчики – тонкие и лёгкие, чаще всего их едят на десерт.

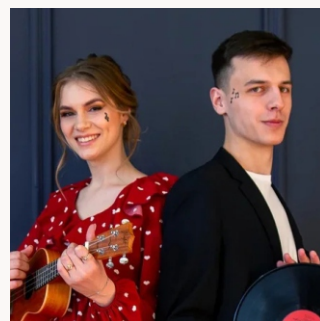
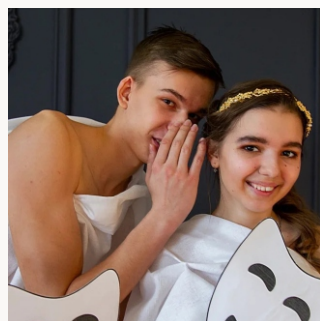
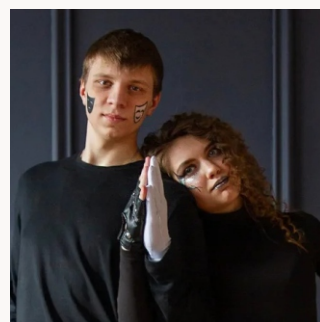
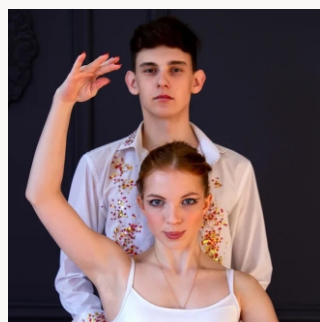
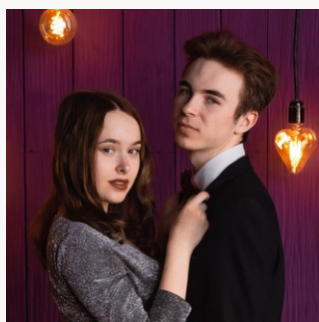
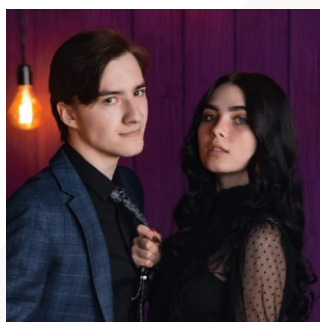
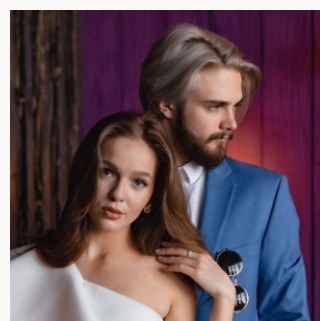
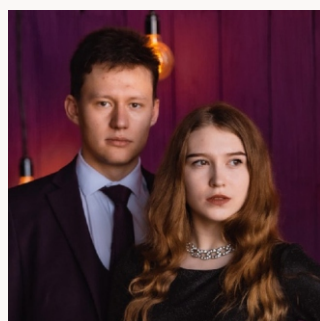
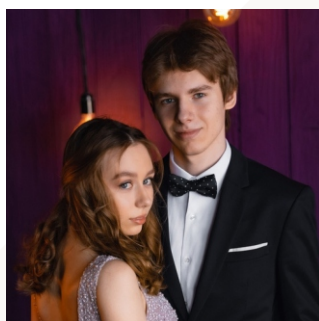
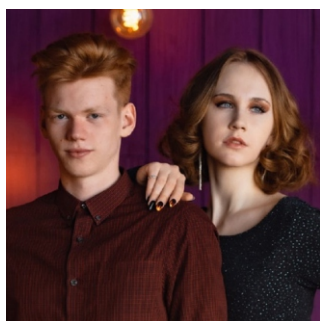
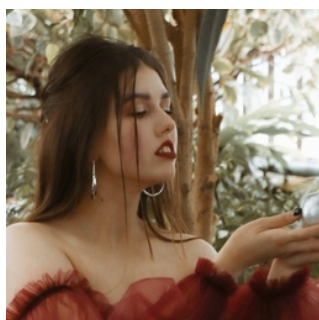
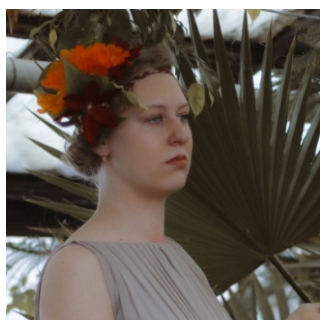
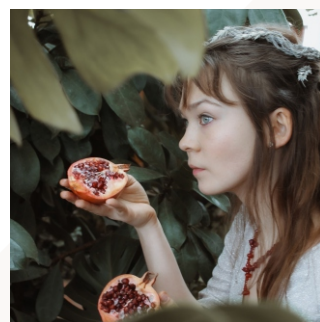
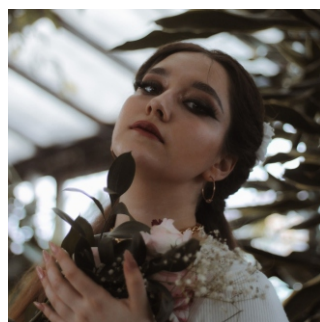
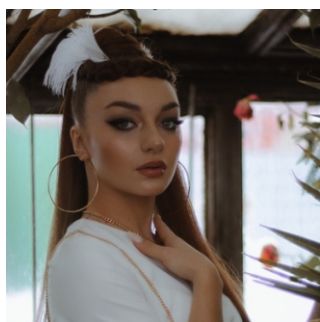
С начала 2 яйца взбить со столовой ложкой сахара и щепоткой соли. Постепенно добавлять 800 мл молока и 500 г муки, так чтобы не было комочков. Влить 200 мл кипятка тонкой струйкой и добавить 2 ложки подсолнечного масла. Обжарить на раскаленной сковороде до золотистого цвета. Готовые блинчики получатся ажурными, как кружево.

Их можно подавать со сметаной, с вареньем, со сгущенкой (или со всем сразу). Блинчики вкусны и с пылу с жару, и после разогревания в микроволновой печи.

Попробуйте приготовить по рецептам, проверенным мной, и вы убедитесь, что путь к сердцу мужчины лежит через его желудок.







Участники конкурсов Мисс ИнАрхДиз 2021 (Дарья Гурина, Дарья Попова, Софья Тырышкина, Софья Феденева, Алина Дмитриева, Василина Дежкина), Мисс и Мистер АлтГУ 2021 (Дарья Даниленко и Александр Чеботников, Анастасия Котова и Артур Шааб, Ульяна Галанина и Андрей Быков, Ольга Каратаева и Иван Кашеваров, Екатерина Шарманова и Артем Андриюшук, Юлия Еремина и Константин Зимаев, Софья Махрова и Андрей Мальцев, Софья Земская и Кирилл Миронов), Мисс и Мистер СТФ 2021 (Виктория Доронина и Роман Кулагин, Анна Гамарник и Илья Ковтун, Анастасия Галле и Дмитрий Ханченков, Виктория Горчакова и Антон Велигуров, Дарья Кушнарева и Александр Полянский, Марина Асеева и Егор Гончаров).