

# На КОВОРОДКЕ

АлтГТУ

№33 ДЕКАБРЬ 2014

Гость номера:  
Татьяна Зайченко



Театр-студия  
«Калейдоскоп»

Выездная Школа Актива  
«Шаг Вперед. Осень 2014»



Краевая  
социальная акция

## «Неделя донорства»

## В ЭТОМ НОМЕРЕ:

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



### Доброго времени суток, дорогие читатели!

Новый год – предвестник волшебства, таинства и подарков. Каждый день, который приближает нас к 31 числу, наполнен ожиданием чего-то нового. Это ожидание я скрашиваю покупкой презентов для родных и близких. Дарить подарки всегда немножечко приятнее, чем их получать. Поэтому к выбору подарков я подхожу наиболее ответственно. Если Вам еще не удалось определиться, чем будете радовать друзей, то в этом выпуске мы поможем найти ответ на этот вопрос!



Но если Вы все никак не можете найти в закромах это особенное настроение, то купите себе немного мандаринов и украсьте свою комнату гирляндой и мишурой! Запах цитрусовых и яркие отблески гирлянд обязательно окунут Вас в праздничную атмосферу, знакомую нам с детства. А как будет тепло на душе в процессе подготовки и украшения! Отдохнуть от будничной суеты и создать праздничное настроение Вам поможет и Новогодний карнавал 18 декабря. Тематикой его будет Волшебство - как раз то, что нужно, чтобы почувствовать сказочную атмосферу и зарядиться эмоциями перед зачетной неделей! И не забудьте написать письмо Дедушке Морозу. Даже если считаете, что «это все глупости, и я не верю в это». Ведь если сформулировать желание четко и поставить срок – Вы сами неосознанно будете шагать навстречу своему успеху. Главное – верить в себя.

Наша редакция желает Вам личных успехов, побед над собственными страхами. Выходите из зоны собственного комфорта – «кораблю безопасней в порту, но он не для этого строился», как утверждал великий ученый Грейс Хоппер. Студентам желаем в срок закрытой сессии на хорошие и отличные оценки, а также обязательно творческих успехов в наступающем году! Для нас этот год был полон взлетов и побед. Мы не остановимся на достигнутом, чего желаем и Вам! Любви и Счастья!

*P.S. Мы всегда ждем ваших писем, статей и пожеланий на нашу почту na-skovorodke@mail.ru*

Всегда ваша  
Анна Яткунас



//4

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



//5

КОНВЕНТ ЛИДЕРОВ СТУДЕНЧЕСКОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ



//7

СТАРОСТА+ПРОФГРУОРГ



//8

А ТЫ ГОТОВ СТАТЬ СУПЕРГЕРОЕМ?



//10

ЗА ЗНАНИЯ, ЗА ВЫЕЗДНУЮ ШКОЛУ АКТИВА...



//19

ПОДАРИ ЧАСТИЧКУ ТЕПЛА



//24

АКУЛЫ ПЕРА



//28

ЛУЧШАЯ РАБОТА – ЭТО ОПЛАЧИВАЕМОЕ ХОББИ

События

Наука распахивает свои двери .....	5
Тайны, покрытые мраком... ..	6
Факультет строительный - самый восхитительный! ...	12
Встречаем зиму с ГФ .....	13
Мама - главное слово в каждой судьбе .....	14
Студотряд - это я, студотряд - это мы, студотряд - это лучшие люди страны! .....	15

Герой нашего времени

Знамя лучших .....	16
--------------------	----

Злободневка

Основные стипендиальные выплаты в АлтГТУ.....	20
Да будет свет! .....	21

Ветеран СП

Будь активен! .....	22
---------------------	----

Не учебной единой

Театр-студия «Калейдоскоп» .....	26
----------------------------------	----

Лайфхак

Не болей! .....	29
Праздник к нам приходит .....	30

Чистый лист

31

Что вы бы хотели в подарок на НГ 32

Поздравляем!

Ректор АлтГТУ

Ситников  
Александр Андреевич



Председатель  
Совета обучающихся –  
Студенческого правительства  
АлтГТУ

Кускова Виктория



Дорогие друзья! Новый год – один из самых любимых и долгожданных, радостных и душевных праздников, наполненный светом и стремлениями в будущее. С раннего детства мы связываем его с верой в чудо, в то, что станут реальностью наши самые заветные мечты.

Год уходящий мы будем вспоминать добрым словом. Он подарил нам радости встреч и открытий, маленькие и большие победы и достижения как для нашего ВУЗа, так и лично для каждого из Вас.

Провожая уходящий год, хочу выразить Вам благодарность за хорошую работу и хорошую учебу, за искреннюю заинтересованность во всех наших добрых делах и начинаниях. По результатам научно-образовательной и педагогической деятельности наш университет уверенно входит в число 100 лучших российских ВУЗов. Это наша с Вами заслуга, и мы по праву можем этим гордиться.

Я убежден, что наша совместная работа будет успешно продолжена в наступающем 2015 году. Вместе мы добьемся впечатляющих результатов на пути освоения инновационных подходов в научно-образовательной деятельности и в подготовке высококачественных специалистов для предприятий различных отраслей.

В новый год мы идем с уверенностью, что наш Университет будет развиваться и процветать. От всей души желаю в Новом 2015 году успехов и исполнения самых заветных желаний. Пусть в ваших домах всегда царят уют, душевное спокойствие, а праздничное настроение не покинет весь год!

Пусть все наши смелые проекты и начинания воплотятся в жизнь в Новом году! Желаю всем успехов в делах, новых достижений, здоровья и благополучия!

Студенты! И вот мы уже стоим на пороге уходящего года. Для Студенческого правительства это был Юбилейный год, год перемен, преобразований, новых точек роста, побед, радостей! Год, когда мы себе доказали, что мы можем работать в условиях сложной экономической ситуации в стране, в нелегких условиях оказывать поддержку нашему любимому вузу и помогать не только сохранять позиции, но и идти вперед, покоряя новые вершины!

Хочется пожелать Вам навсегда оставить в памяти уходящий год, несмотря ни на что помнить как положительные, так и отрицательные моменты пережитого. Ведь положительные моменты дают возможность нам двигаться дальше и радуют нас и наших близких. Трудности закаляют дух и характер, дают нам понять, где нужно работать над собой; помогая извлечь уроки, которые нам преподносит жизнь. Улыбнитесь уходящему году и поблагодарите его за всё, что он подарил нам! А Новому году выпадает шанс исполнить наши заветные желания и надежды, удивить сюрпризами, а где-то и крутыми поворотами судьбы.

У нас наступает горячая пора зачетов и экзаменов, но всё же уделите внимание себе и своим близким, подведите итоги уходящего года. Разберите по полочкам, почему у Вас в жизни всё именно так, а не иначе. Научитесь радоваться каждому мгновению, и не забывайте ставить перед собой высокие цели и идите к ним целенаправленно, несмотря ни на какие трудности в жизни!

С Наступающим Новым 2015 годом, годом, который обязательно каждого из нас удивит и порадует! С Годом новых желаний и возможностей! Всего Вам светлого и доброго, дорогие друзья!

## Конвент лидеров студенческого самоуправления

С 24 по 27 октября в городе Томске состоялся III межрегиональный конвент лидеров студенческого самоуправления «Платформа» 2014. От нашего университета в нем приняла участие делегация в составе 3-х человек: Головач Константин, Ефименко Анастасия, Кускова Алена.

В этом году конвент представил цвету сибирского студенчества новую тенденцию в студенческом самоуправлении, так называемое АСО России (Ассоциация студентов и студенческих объединений России), которое имеет своей целью объединение всех студентов России в единую, сильную структуру, призванную развивать студенческое самоуправление.

На Конвент приехали эксперты всероссийского уровня: Красноурецкий Павел Павлович — Председатель Российского Союза Молодежи, Махнакова Анастасия Владимировна - руководитель дирекции проекта «Российская студенческая весна», Селин Владимир Петрович - председатель АСО России. Эксперты ответили на актуальные вопросы студенчества.

Ребята из нашего университета приняли участие в образовательных лекциях, семинарах, круглых столах, мастер-классах и организационно-деловых играх, которые вели тренеры АТСМ (Ассоциации тренеров студенческой молодежи): Ботчанов Тимур и Штейninger Алина. Помимо этого, наши студенты поучаствовали в Ярмарке студенческих проектов, где представили структуру Совета обучающихся – Студенческое правительство, которое отметили многие эксперты и студенты других вузов как одну из лучших организаций.



Кроме образовательной программы, была возможность развиваться творчески на мастер-классах ведущих экспертов в области творчества и спорта. Ребята побывали на мастер классе по йоге, профессиональной игре в «Мафию» и арт-графике.

Важно заметить, что наша делегация проявила себя очень хорошо и запомнилась участникам и организаторам Конвента надолго, как минимум до следующего года. По итогам «Платформы» все студенты прошли тест на усвоение программы конвента и получили сертификаты. Закончился Конвент теплым неформальным вечером с творческими номерами участников.

Головач Константин

## Наука распахивает двери

*«Процесс научных открытий — это, в сущности, непрерывное бегство от чудес»  
Альберт Эйнштейн*

В октябре в АлтГТУ им. И.И. Ползунова прошёл III Фестиваль науки «Наследники Ползунова сегодня». Гости мероприятия стали школьники, студенты и учёные со всех городов и районов Алтайского края. Николай Александрович Белоусов — организатор фестиваля — отметил, что ожидаемое количество гостей мероприятий — более 1000 человек! В течение трех дней в вузе проходили различные эксперименты, мастер-классы и научные опыты. На научно-технических выставках было очень интересно: рассказывали о колориметрической бомбе и причудах компьютерной вышивки; проходили презентации интеллектуальных станков, музыкальных инструментов, телескопов

и многих других интересных устройств. Иностранцы студенты из Ближнего и Дальнего зарубежья учили всех желающих писать своё имя по-китайски, по-арабски и по-уйгурски. В мероприятии были задействованы все факультеты и институты технического университета.

А 15 ноября 2014 года в стенах АлтГТУ прошёл Фестиваль физики, интересную и увлекательную программу которого смогли посетить около 700 учащихся школ г. Барнаула и г. Новоалтайска. Школьникам было предложено побывать на уроках физики и принять участие в экспериментах с сухим льдом и жидким азотом, а также понаблюдать за появлением шаровой молнии. Стоит отметить, что Фестиваль физики проводился в «политехе» впервые в целях выявления интереса школьников к естественным наукам и, прежде всего, к физике.

Сенчук Дарья

## Тайны, покрытые мраком...

В канун дня всех святых в нашем любимом Политехническом прошло событие абсолютно нового формата — «Мифы АлтГТУ». Организатором выступил Институт Архитектуры и Дизайна, для которого это был дебют в организации мероприятий университетского уровня. Актный зал собрал все факультеты в одном месте, в одно время — 30 октября 2014 года.

«Сквородке» удалось пообщаться с одной из участниц «Мифов» — со студенткой 2 курса гр. С-36 Строительно-Технологического Факультета Екшибаровой Алиной — и узнать подробнее путь от обычных участников до победителей в нескольких номинациях.

— Привет, Алина! Как ты, наверное, уже знаешь, у меня есть множество вопросов к тебе относительно мероприятия. Расскажи, Ваша команда была от определённой группы или сборная от факультета?

— Привет! У нас была сборная команда от факультета, но, несмотря на это, мы работали очень дружно, как единый механизм.

— Как вы решили поучаствовать в «Мифах»? Кто же был инициатором?

— Об этом мероприятии мы узнали на старостате от Председателя совета старост нашего факультета Алены Несмачных. Объявили набор желающих принять участие. Затем на собрании актива СТФ было решено, что мы участвуем в любом случае. Мы назначили главных разработчиков идеи нашего номера (Мерцалова Анастасия, Блок Ксения, Небогина Виктория и др.), а дальше совместными усилиями активистов мы старались "слепить" миф о нашем факультете.

— А что именно вы представляли? Миф или страшную историю?

— Сложно сказать, что именно мы представляли, потому что мероприятие проводилось впервые. Скорее это был страшный миф о нашем факультете! Мы постарались создать маленькую историю, совмещая её с массовыми танцами и актерскими способностями... При этом большое внимание уделялось костюмам, хотелось, чтобы все выглядело как можно эффектной.

— Как известно, между представлениями визитных карточек был проведен конкурс лучших костюмов и танцующих мумий. СТФ стал победителем и в номинации «Лучший мужской костюм», и «Лучшая танцующая мумия». Открой тайну, кто выступал в роли мумии и кто её сотворил?

— Над образом мумии трудились второкурсники: в роли мумии был Вакаринцев Андрей (гр. С-35), а сделал его



мумией Давлячин Юрий (гр. С-36). Лучший костюм был у Виталия Корнева (гр. С-35).

— Как Вы относитесь к проведению этого мероприятия? Хотели бы ещё раз поучаствовать?

— Я думаю, мероприятие было достаточно интересным, мы от души повеселились, создавая образы и костюмы! Любопытно было посмотреть на полёт фантазий остальных участников мероприятия, все факультеты представили интересные номера. И нам, безусловно, приятно, что наша история была признана победителем! СТФ — лучший!

В номинации «Лучшая тыква» было признано творение Факультета Энергомашиностроения Автомобильного Транспорта, звание «Лучший женский костюм» получил наряд из Института Архитектуры и Дизайна. Как отмечают участники, мероприятие было очень атмосферным: гирлянды, сухие ветки, шары со злыми мордашками, тыквы...

Очень хочется сказать спасибо за такое действительно замечательное мероприятие необычного формата творческому ИнАрхДизу! Мероприятие получилось ярким, участники и болельщики узнали много загадочных историй и окунулись в атмосферу каждого из представленных факультетов.

Надеемся, что «Мифы АлтГТУ» станут традиционным мероприятием!

Сенчук Дарья

## СТАРОСТА+ ПРОФГРУПОРГ

Текст: Печникова Карина

Фото: Корнеев Виталий

Что это за конкурс? Это творческий конкурс, где староста и профгрупорг показывают себя во всей красе, выступая за свой любимый факультет. Мероприятие, которое будет описываться в данной статье, прошло 5 октября в концертном зале АлтГТУ. Организаторами традиционно выступал Комитет по Культуре СП во главе с Аленой Бурняковой и Анастасией Ефименко. Неожиданно было увидеть столько присутствующих, пиар прошёл на «ура»! Все поддерживали своих старосту и профгрупорга как могли! Особенно выделился Гуманитарный Факультет, где группа поддержки с яркими табличками кричала изо всех сил «Гу-ма-ни-тар-ный!».

Для участников были выбраны жанры, в которых они будут выступать: это: Jazz — Евгений Вегеря и Марина Кольцова (ИЭиУ); Disco — Юлия Люшненко и Константин Головач (ГФ); Rock'N'Roll — Виктория Небогина и Алина Екшибарова (СТФ); Hip-Hop — Снежана Шляхова и Марина Смирнова (ФИТ); в стиле Scandinavian Folk — Алина Загорко и Вероника Тихонова (ИнАрхДиз); Reggae — Наталья Черепанова и Константин Жидких (ФСТ); Pop — Евгений Жуков и Ирина Щелокова (ФПХП).

Победителями стали Евгений Вегеря и Марина Кольцова (ИЭиУ). Как они сами признались в интервью, эта победа далась им очень нелегко, но ребята постарались на славу.

— Что для вас значит победа в конкурсе?

— Это значит, что ИЭиУ может выигрывать. Всем известно, что наш факультет давно не был в лидерах, но мы сломали нехорошую для нас традицию!

— Задумывались ли вы перед выходом на сцену о том, что победа будет вашей?

— Конечно! Каждый участник думал о том, что заслуживает победы. И мы просто делали всё так, как могли. Вот видите, как получилось. Нас особенно радует то, что не подвели свой любимый институт.

— Было ли что-то такое, что вы делали впервые? Танцевали, например, или пели. Или же вы уже привыкли ко всему этому и уже не волнуетесь?

— Да, волнение было. Куда же без него на сцене? Но выступать перед огромной аудиторией мы уже привыкли. А вообще, нам очень нравится внеучебная деятельность, где можно проявить себя с творческой стороны. А тут была такая хорошая возможность сделать это.



Хочется сказать спасибо всем тем, кто принял участие в этом конкурсе. Вы проделали такую огромную работу, особенно над собой. Не можем не отметить в этом Викторию Небогину (СТФ). Она впервые пела на сцене перед публикой. Это серьёзный шаг. Не каждый сможет решиться на такое, да и держаться уверенно на сцене не каждому дано. Можно сказать, подала пример всем тем, кто боится проявить себя в подобной сфере. Побольше бы таких примеров!

Ребята! Да-да, к вам обращаюсь! Не бойтесь быть активными. Ведь чем больше себя проявляешь, тем веселее тебе жить!



Текст: Красноярецва Дана

# А ТЫ ГОТОВ стать супергероем?



Мы все так грезим стать героями, развалившись на диване перед телевизором, и ищем себе тысячу оправданий и доводов, что это невозможно в реальном мире. Хочется спросить: а ты пробовал? Начни с малого, и это малое спасёт кому-то жизнь...

Сегодня, по случаю, я решила затронуть тему донорства крови. Простудившись кучу интернет-сайтов, побывав на десятках форумов, я пришла к выводу, что с кровью у нас почти катастрофа. И этому есть причины, но обо всём по порядку.

Ежедневно в России в переливании нуждаются тысячи человек. Кровь требуется пострадавшим от ожогов и травм, при тяжелых родах или при проведении сложных операций, больным онкологическими заболеваниями. Кроме того, она необходима для производства ряда лекарственных препаратов.

А вот еще факт: чтобы обеспечить всех достаточным количеством крови - нужно 40-60 доноров на 1000 человек. До 2013 года у нас с горем пополам набиралось 15, затем сдачу крови решили сделать полностью безвозмездной, после чего резко снизилось количество доноров - почти наполовину, затем выплаты частично реабилитировали, но и доноры вернулись лишь

частично... И вот тут у меня возник вопрос: неужели наш народ настолько меркантилен? Ведь за границей, в развитых странах, кровь везде сдают бесплатно.

Я решила посмотреть, как проходит донорство в Италии, Японии, Германии и в ряде других стран. Там действительно всё безвозмездно. В Японии, например, после сдачи крови ты проходишь в специальный зал, где тебя ждут бесплатные напитки и мороженое, а еще, если захочешь, тебе погадают на картах Таро. В Германии, помимо напитков с закусками, ты сможешь участвовать в розыгрыше лото и других мероприятиях. В США с каждой сдачей ты накапливаешь поинты, которые можешь обменять потом на ценные призы. И абсолютно везде тебе проводят бесплатное обследование, а в течение недели еще высылают полный анализ крови и личную карточку донора, чего у нас, к сожалению, нет.

И еще кое-что, наверное, самое главное: людей постоянно информируют о том, что нужна кровь, идёт активная пропаганда в СМИ, на телевидении, на улицах, да везде! Люди знают - больницы нуждаются в их крови. Постоянно дежурят мобильные станции переливания, даже по выходным. Передвижные пункты приема крови, для удобства, размещаются в ВУЗах, на предприятиях. Проводятся различные тема-

тические семинары, распространяется информационная продукция и небольшие, но приятные сувениры. Думаете, если бы подобное было бы у нас, люди не пошли бы?

Как видите, пошли! О чём это я? О Неделе донорства, которую ежегодно устраивает наш университет, а конкретнее - Комитет по Политике Студенческого правительства. Главный организатор акции - Курилкин Владимир (фото на обложке). Открытие Недели донорства в этом году началось 10 ноября на площади Сахарова. И до 14 ноября с 9 до 12 дня все желающие могли принять участие в этой акции. За каких-то пять дней пришло около тысячи доноров! Это 480 литров крови и сотни спасённых жизней! Каждый донор получил свой подарок - это брелок или значок, а также различные купоны от партнеров. С каждым годом число доноров значительно растёт. Для сравнения, в прошлом году их насчитывалось чуть больше пятисот.

А началось всё в 2011 году, когда два активных студента - Артём Мухопад и Наталья Акименко - решили развить свой Комитет по Политике. Они начали искать новое направление, которое смогло бы иметь продолжение в будущем. Так и появился этот проект. И вот уже столько лет его осуществляют всё новые и новые студенты-активисты СП, постепенно выходя за рамки «политеха», привлекая всё больше учебных заведений. И что-то мне подсказывает, что когда-нибудь в онлайн трансляции мы увидим открытие Недели донорства по всей России.

P.S. Мне бы хотелось сказать спасибо тем, кто жертвует частичку себя ради спасения другого, и тем, кто не жалея сил и времени проводит подобные мероприятия. Благодаря таким акциям люди начинают обращать внимание на острые проблемы, в частности - проблему донорства. Это лично меня безумно радует. И я тут накопила хороший бонус для доноров: недавно было создано первое в России приложение - «Донор», при помощи которого можно планировать сдачу крови, узнать ближайший пункт, где вам её перельют, ну и конечно же вы можете в любое время узнать: кому, где и какая кровь нужна. Учитесь быть героями, спасайте мир!



P.P.S. Пока верстался номер, Комитет по Политике и Патриотическому воспитанию СП выиграл в номинации «Добровольческие традиции» в краевом конкурсе «Доброволец года - 2014». Организаторами конкурса являются Алтайская краевая общественная организация «Развитие гражданских институтов» совместно Администрацией города.

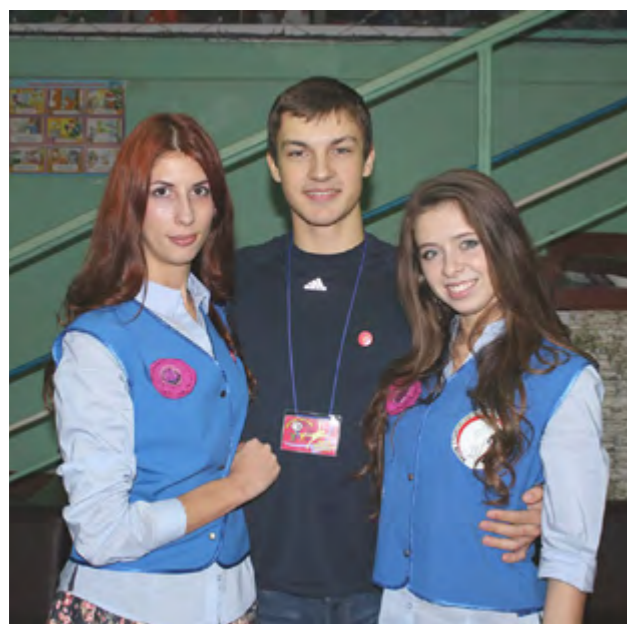


Какой подвиг реально сделать  
обычному человеку,  
чтобы стать героем?

## За знания, за школу выездную актива...

Текст: Кускова Анастасия

**Окей, Google! Подскажи самый лучший способ провести выходные ярко, насыщенно и познавательно, при этом с друзьями и безумно весело? Хотя я и сама знаю ответ. Конечно же, на выездной Школе Актива Студенческого правительства «Шаг вперёд. Осень 2014»!**



Долгожданная школа стартовала ранним морозным утром 28 ноября. Собравшись вместе, участники эмоционально делились своими ожиданиями. А некоторые даже не могли накануне заснуть, так как мысли о предстоящих событиях не давали покоя! По дороге в лагерь никто из ребят не скучал – дружные песни под гитару сделали путь весёлым и незаметным, ведь недаром вместе собрались самые яркие и талантливые люди «политеха». А на месте назначения участников встретил тренерский состав, готовый сделать эти три дня незабываемыми для каждого!

Каждый день был заполнен до предела, ведь вместить всё то, чем хочется поделиться с ребятами, всего лишь в 72 часа не так-то просто! В первый день состоялся верёвочный курс, тематикой которого был Город грехов. Участники отметили, что все упражнения проходили очень атмосферно, а необычная подвязка заставила их задуматься о многих, казалось бы, простых вещах, на которые мы, к сожалению, часто не обращаем внимания. После проходили различные мастер-классы, и завершился день весёлым и ярким вечерним мероприятием.

Второй день был посвящен образовательным блокам. Ребят знакомили с внешней и внутренней средой студенческого самоуправления, взаимодействием с администрацией вуза, корпоративной культурой, основами пиара и фандрайзинга и многим другим. И чтобы закрепить полученные знания и применить их на практике, командам нужно было придумать собственное мероприятие, подготовить для него всю необходимую документацию и защитить свой проект. Некоторые ребята очень воодушевились этой работой и по возвращении твёрдо решили реализовать свои идеи в вузе.

В завершающий третий день участники прошли упражнение Джефферсона и послушали мастер-классы, подготовленные тренерами. Затем началась последняя вечерка, а час расставания подступал всё ближе. Внутри каждого нарастало это ощущение свет-



лой грусти, понимания, что совсем скоро придётся выйти из этой атмосферы и вернуться обратно. Неожиданным и безумно приятным моментом стало то, что после завершения номера тренерского состава эмоции настолько захлестнули ребят, что они дружно бросились обнимать педотряд. Слёзы, искренность, свет в глазах – всё это до глубины души задевало каждого. Один из участников – Кирилл Горлов – приготовил для всех замечательный подарок – песню собственного сочинения. Слова припева ещё долго звучали в голове каждого:

*Спасибо, ребята! Всё было красиво!  
За знания, за школу выездного актива!*

Завершилась школа традиционными «обнималками», где каждый мог сказать спасибо, поделиться своими чувствами, целями, которые он поставил, и просто обнять людей, ставших такими дорогими и близкими... Несмотря на недостаток сна, работу на пределе сил, огромный количество новой полезной информации, взрыв потрясающих по силе эмоций внутри каждого, чувствовался лишь подъем, энергия, желание действовать, творить, по-настоящему жить. Ребята говорили: «Я не хочу, чтобы эта школа заканчивалась...». А им не уставали повторять – школа не заканчивается. Она просто переносится в другое место! Потому что школа актива – это прежде всего люди. И те друзья, которых мы нашли на ней, всегда будут с тобой. Потому что за эти три дня, пролетевших как одно мгновение, мы стали одной большой командой!

P.S. Как нельзя лучше говорят о школе актива слова одного из участников, Алексея Сергеева: «Вы спросите, что для меня выездная Школа Актива? Я отвечу – это прежде всего люди, которые тебе всегда помогут, которые будут твоей опорой и подставят свое крепкое плечо в нужный момент. Это место, где ты можешь задуматься над тем, правильно ли ты живешь, правильно ли ты распределяешь время, умеешь ли ты слушать людей, что ты в своей жизни делаешь не так, и как исправить свои ошибки. Это место, где ты учишься любить, прощать, дружить, быть уверенным в себе, быть коллективом – одним целым, развивать себя духовно. Это место, где тебя ценят таким, какой ты есть, это ме-



сто, где ты учишься ценить жизнь, всё то, что у тебя есть сейчас и только сейчас. Это место, откуда не хотелось уезжать. Разве кто-то мог подумать, что все мы сможем стать настолько близкими?

Школа Актива сделала меня сильнее! Каждый человек, который был там, остался в памяти. Каждый тренер научил меня чему-то. И я Вам скажу, чему они меня научили. У каждого человека есть право быть тем, кем он хочет быть. Жизнь сложна, и стоит забыть людей, которые тебя разочаровывают. Страха нет, мы его сами придумываем. Слушать мнения других людей. Делать добро, и оно вернется тебе! Мы сами куем свою жизнь. Правильно вести себя в обществе. Быть эмоциональным. Правильно работать в команде. И жить так, как будто у тебя остался один только день! Я стал другим! Если вы спросите, что для меня выездная Школа актива СП, я вам отвечу – это ШАГ В НОВУЮ ЖИЗНЬ!»

# Факультет строительный – самый восхитительный!



На каком вы факультете? Вы что-нибудь слышали про «Ящик желаний»? Если да, то вы наверняка на строительном, а если нет, то я расскажу вам: каждый год в предпоследнюю пятницу ноября СТФ отмечает (всегда с размахом!) День строителя. Причем официально он должен праздноваться в августе, но так как в летние месяцы преподаватели в отпуске, студенты отдыхают – в общем, некому праздновать, День строителя наш факультет отмечает в ноябре.

Нет, я помню, что начинала с «Ящика желаний». Так вот, это яркая коробочка, стоящая в деканате СТФ, в которую каждый студент нашего факультета может

закинуть листочек (конвертик, открытку – что душе угодно) со своим желанием. Каждый год исполняется порядка двадцати желаний. И каждый год это исполнение является одной из самых интересных частей праздника. Не удержусь и скажу сразу, что я сама тоже закинула парочку желаний в этот «ящик». Не могу долго писать как надо журналисту – немного отстраненно и без личных местоимений, поэтому дальше вам придется терпеть мои личные впечатления от этого Дня.

Во-первых, сразу сообщу: я – первокурсница. А это значит, что пока еще не совсем понимаю, куда попала. Таких непонимающих каждый год набирается целый поток, поэтому каждой из групп первокурсников вручается по тьютору (студенту старших курсов, который очень хочет отвечать на наши вопросы по поводу учебы, и особенно ему нравится, когда эти вопросы еще и глупые). Тьютор нашей группы – Яна Петенева – как и положено, посвящала группу в дела факультета и вуза. Но еще в начале года она много говорила нам о Дне Строителя. Приведу ее слова не дословно: «Наш факультет проводит кучу разных мероприятий, но круче всего на Дне Строителя. Там выступают наши ребята, там награждают отличников и активистов, а еще исполняют желания. В деканате будет стоять красивая коробочка, и туда можно будет закинуть свое желание. Мне вот один раз на сцене деканат букет подарил. Часто каски и майки с надписью СТФ дарят. Будет здорово. Поэтому лучше не пропускайте, а то потом пожалеете». Естественно эти слова конкретно заинтересовали, так что к празднику я готовилась еще за полтора месяца до него и долго думала над желаниями.

В ожидании пролетел месяц, а там и неделя осталась, и учеба навалилась, в общем, я еле успела закинуть три записки. 21 ноября я зашла после загруженного учебной и внеучебной работой дня и сразу почувствовала волшебную атмосферу. Жаль, что сладкие эмблемы СТФ на момент моего появления уже были догустированы народом, но я уверена, что они были прекрасны. Ведь студенты нашего факультета талантливы!

Праздник начался. После поздравлений от администрации и совета обучающихся вуза на сцену поднялся Черепанов Борис Михайлович, зам.декана по внеучебной работе, который сказал немало теплых слов. После этого было очень много творческих номеров – на нашем факультете тьма ярких, замечательных и талант-

ливых ребят. Были и вокальные (наша команда Битвы Хоров) и танцевальные номера, и даже театральные (Алексей Лукашев и Владислав Ярыгин). Было несколько выступлений от групп (к примеру, от группы С-35). За весь концерт многие убедились в исключительной разносторонности студентов нашего факультета!

Между номерами проходили сначала награждение отличников, а затем награждение активистов (сама пока что принадлежу второй группе), а также исполнение желаний из того самого ящика. Желания были разными: каска, толстовка с символикой, наклейка СТФ на машину, зачет по строймеху, билеты в боулинг для группы, медленный танец с Черепановым Б.М. и ананас, обмотанный красной лентой, и многие другие.

Сию в зале, уже решила, что зря писала. И тут ведущий разворачивает очередную записку и говорит: «Так, Я, Жукова Екатерина, студентка группы С-42, желаю: первое – будильник, желательнее, чтобы бегающий (по утрам встать долго не могу и опаздываю постоянно); второе – яркую и эстетичную настольную лампу (живу в «Копейке», зрение минус пять на оба глаза, графику делаешь – потом неделю глаза болят); и третье – три ананаса (себе, соседкам в общагу и сестре в Ку-

лунду), пять гранатов (так их люблю, что сама съем) и пять кокосов (дяде, тете, двоюродной сестре, бабушке и бабушке). Пост Скриптур: можно что-нибудь одно, но тогда или лампу или фрукты. Такое вот желание» Ведущий продолжает: «Екатерина, деканат долго решал, что же — лампа или фрукты. И выбрал фрукты. Поэтому бери вот пять кокосов дяде, тете и сестре в Кулунду». И мне действительно вручили пять кокосов. Я до сих пор очень рада, что мое желание оказалось в списке исполненных! Также были названы победители в конкурсах на лучшую каску, сладкую эмблему и подарок деканату.

Отдельно очень бы хотелось сказать спасибо всем тем, кто организовывал этот праздник, особенно — Алене Несмачных, нашей красавице — Председателю совета старост. И как она все успевает? Спасибо и деканату! И еще, мне кажется, что тот, кто не был на этом празднике, очень жалеет. И если Вы не присутствовали на этом мероприятии, то обязательно приходите на следующий год. Даже если Вы не со строительного, ведь мы рады всем!

Жукова Екатерина



## ❄️ ❄️ ❄️ Встречаем зиму с ГФ ❄️ ❄️ ❄️

**В этом году к своему полноправному восхождению на трон зима подготовилась тщательно: огромные сугробы, мороз на улице, сильные ветра и бураны. Но ребятам из «политеха» всё нипочем! Они с радостью встречают наступление зимы и отмечают его песнями и плясками.**



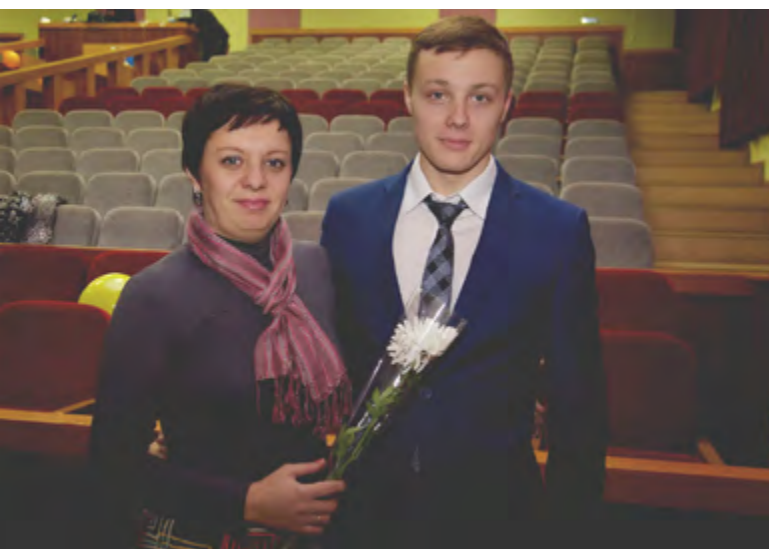
Студенты гуманитарного факультета организуют ставшую уже традиционной «теплую перемену» в первый день зимы. «Зима — это одно из самых замечательных времен года», — говорят ребята с гуманитарного факультета. Новый год, ёлка, мандарины, лыжи, коньки и многое-многое другое — это всё зима! Заряженные позитивом, они несли тепло и веселье всем окружающим. Сказочные герои, песни, танцы, интересные конкурсы, подарки и конечно же горячий чай со сладостями согревали и наполняли положительными эмоциями гостей мероприятия и всех проходящих мимо людей. К слову сказать, гостей было много, так как мероприятие проходило во время большого перерыва на «сковородке» перед входом в главный корпус АлтГТУ. Также 1 декабря – всемирный день борьбы со СПИДом, и наши студенты поддержали эту акцию, раздавая красные ленточки прохожим.

Ничто не смогло испортить атмосферу мероприятия и сломить дух собравшихся студентов и преподавателей, а встреча зимы с ГФ подтвердила своё название и стала действительно ТЁПЛОЙ!

Сенин Максим

## Мама – главное слово в каждой судьбе

Текст: Кускова Анастасия



В суете будней и ежедневных забот мы порой забываем говорить близким людям, как мы их любим. Все накопившиеся эмоции срываем на них, и очень часто именно на своих мамах... Но в этот день каждый мог извиниться и подарить всё своё внимание только им, самым родным и любимым.

Международный день матери, светлый и добрый праздник, не могли оставить без внимания студенты нашего университета. 26 ноября его отметили традиционным мероприятием – праздничным концертом под названием «Непридуманная история», организатором которого выступил Факультет специальных технологий. Сразу чувствовалось, что ребята отнеслись к подготовке праздника со всей душой и не упустили из внимания ни одну мелочь. Очень тепло и атмосферно украсили актовый зал, в чём им помогли друзья с института архитектуры и дизайна.

Наши талантливые ребята подарили всем гостям праздника множество ярких номеров. Порой не удавалось сдержать слёз, такими искренними и проникновенными были слова, обращённые ко всем мамам, настоящим и будущим. Со своими поздравлениями выступили начальник управления внеучебной работы Иван Владимирович Огнев и заместитель декана факультета специальных технологий Владимир Фёдорович Задонцев. В завершении мероприятия всем приглашённым мамам ребята подарили цветы и ещё раз выразили слова благодарности и любви.

Бесконечно приятно было видеть счастливые лица мам, пришедших на этот праздник. Спасибо ребятам, которые организуют это замечательное мероприятие и напоминают нам всем, как важно уделять внимание нашим самым родным и любимым мамам, которые готовы отдать всю себя ради нашего благополучия. Но делать это нам нужно как можно чаще, отдавать им всю свою любовь, заботу и тепло. Цените каждый миг, прожитый рядом со своими родителями!

## Студотряд – это я, студотряд – это мы, студотряд – это лучшие люди страны!

Осенним снежным ноябрьским вечером во Дворце Спорта и вокруг него виднелись сотни бойцовок... Были слышны смех, интересные истории из третьего трудового... Кто-то напевал известные каждому студотрядовцу мотивы:

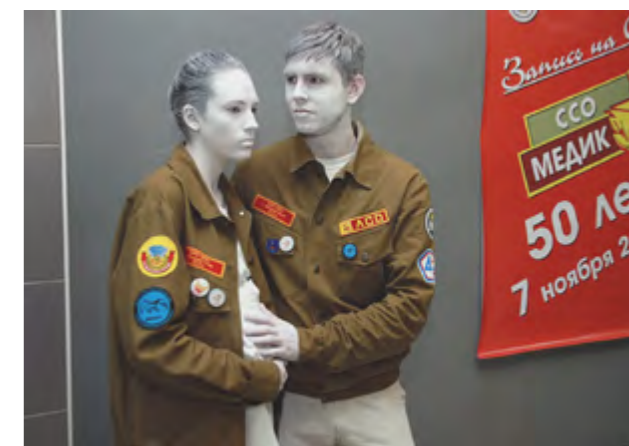
*«Край золотых легенд,  
Знойный седой Ташкент...»*

В пятницу 14 ноября во Дворце зрелищ и спорта им. Г.С. Титова прошел Слет студенческих отрядов Алтайского края, посвященный 50-летию студенческого движения в регионе. Началось мероприятие с выставки «Судьба моя - студенческий отряд» и живых статуй в фойе Дворца Спорта.

Праздник посетили общественные деятели, представители краевой и городской администраций, региональных штабов студенческих отрядов России, ветераны и действующие бойцы СО «Алтай». На Слете Студенческих Отрядов Алтайского края с приветственным словом, поздравлениями и награждением ветеранов движения выступил губернатор Алтайского Края А.Б. Карлин. «Сегодня юбилей необычный, - отметил Александр Богданович, - Мне ни разу не пришлось на таком солидном по возрасту юбилее видеть столь огромное количество молодых счастливых лиц». Губернатором была выдвинута версия, что в ближайшем будущем студенческие строительные отряды Алтая будут допущены к краевой программе «80х80» и, возможно, к губернаторской программе «100+100» - к 2017 году предстоит построить, реконструировать или отремонтировать в регионе теперь уже 80 социально значимых объектов, а также 100 молочных и 100 мясных комплексов и ферм.



На официальном мероприятии подвели итоги конкурсов на «Лучший студенческий строительный отряд», «Лучший студенческий педагогический отряд», «Лучший студенческий отряд проводников». Также прошли выступления лучших коллективов студенческих отрядов и ветеранов движения. Безусловно, наш любимый университет тоже принимал участие. Так, по результатам подсчётов производственных показателей в 2014 году лучшим студенческим отрядом проводников стал МСОП «Альгаир» (АлтГТУ), осуществлявший свою деятельность из г. Екатеринбурга. Дипломом I степени был отмечен СОП «Беркут» (АлтГТУ), бойцы которого работали из г. Нижний Тагил (Свердловская обл.) и г. Барнаула. По итогам ВСС «Космодром Восточный» (г. Углегорск, Амурская обл.) ССО «Витязь» (АлтГТУ) стал лучшим по комиссарской деятельности и занял 3-е место по производственным показателям. По ито-



гам Всероссийской Студенческой Стройки «Мирный Атом» (г. Нововоронеж) лучшим был признан ССО «Легенда» (АлтГТУ). «Легенда» забрала знамя Лучшего строительного отряда Алтайского края, с чем их мы и поздравляем! Были отмечены и другие отряды технического университета: СЭО «Зелёная волна», ССО «Сибиряк», ССО «Энергия», ССО «Прогресс».

Именно на такой радостной ноте завершился 3-й трудовой семестр. Безусловно, каждый студотрядовец с нетерпением ждёт начала нового трудового семестра, ведь это – маленькая жизнь, которую каждый студент проживает ярко, незабываемо, а главное – продуктивно! До новых встреч в 3-м трудовом - 2015!

Дарья Сенчук



# Знамя лучших

*Осталось уже меньше месяца и наступит новый 2015 год! Так быстро летит время. Все подводят свои итоги, радуясь победам, успехам, и каждый надеется, что в новом году произойдет что-то незабываемое и интересное. Так, подводя итоги, можно сказать, что для строительного отряда "Легенда" этот год стал незабываемым. 14 ноября в Барнауле проходило закрытие третьего трудового семестра студенческих отрядов. ССО "Легенда" был признан самым лучшим отрядом Алтайского края, а его командир Татьяна Зайченко стала лучшим командиром России среди 15 регионов, принявших участие в этом конкурсе! В связи с данным событием мы решили взять интервью у самого лучшего командира и замечательной девушки Тани.*

— Таня, здравствуй! Начнем с самого главного. Как определяется лучший отряд Алтайского края?

— Существует множество различных критериев, сводных таблиц, по которым мы работаем, начиная с марта подготовительного периода и заканчивая 1 октября, когда сдаем итоговые отчеты. Весь рабочий сезон летнего периода (отряды летнего периода — это проводники, строительные отряды, педагогические отряды) разбиваются на два этапа: подготовительный период (это с марта по июнь включительно) и рабочий. Для каждого периода есть своя сводная таблица, по которой мы работаем, есть определенные критерии, как например, нужно каждому сделать 10 субботников, написать 5 статей о своем отряде, опубликовать их в различных СМИ, посетить определенное количество детских домов, провести спортивно- и культурно-массовые мероприятия, и многие другие критерии. Отряды участвуют в различных конкурсах, творческих и спортивных, получают баллы за них. В итоге получается таблица за подготовительный период, где сводятся лучшие отряды по комиссарской деятельности, лучшие отряды по производственным показателям. Потом таким же образом есть определенные критерии и баллы за рабочий период, в который мы собираем, дорабатываем и в сентябре сдаем от-

четы. Все это сводится и в итоге математическими методами выводятся по бальной шкале лучшие отряды производственной деятельности, комиссарской деятельности и в итоге лучшие отряды по совокупности показателей.

— А конкурсы, в которых отряды участвуют, каждый год новые или есть традиционные?

— Они уже predetermined. Ежегодно проводится конкурс агитбригад студенческих отрядов, весенняя спартакиада студенческих отрядов. Мы проводим различные акции, такие как "Доброе сердце", "Мисс и Мистер студенческий отряд Алтай", т.е. везде участвуем и соревнуемся. Эта тема идет из года в год, она только может дополняется какими-то определенными мероприятиями, а так канва есть, по которой и работаем.

— Как проходит принятие новых участников?

— Ребята приходят в отряд, знакомятся, вместе с действующими бойцами ходят на мероприятия, на субботники, выезжают на различные квест-игры, веревочные курсы, где уже командный состав и «старички» отряда отсматривают новый набор и потом уже выбирают лучших из лучших, смотря сколько человек нужно отряду.

— Расскажи о своем отряде, какой он?

— Для каждого командира свой отряд кажется, наверно, самым душевным, самым сплоченным,



самым спортивным, творческим. Мой отряд не такой уж и старый, ему всего лишь 7 лет, он был создан в 2007 году и на протяжении своего развития, становления отряд не опускался ниже 6-ого места по турнирной таблице. По производственным показателям был всегда в 10-ке среди отрядов Алтайского края, а с 2012 года мы начали занимать лидерские позиции с точки зрения работы. Например, в 2012 году второе место по производственным показателям, а в 2013 году мы заняли уже первое. В этом году мы решили попробовать свои силы в Российской студенческой стройке и поехали в город Нововоронеж Воронежской области. Там мы строили атомную станцию, так скажем поучаствовали в этом огромном строительстве, на котором трудятся 7,5 тысяч человек, почувствовали, что такое большая стройка, что такое европейская часть России, такой жаркий температурный режим. Выиграли знамя лучшего отряда наверно потому, что в этом году подобралась команда ребят, где каждый был на своем месте: кто-то занимался спортом, кто-то занимался творчеством, кто-то фотографией, кто грамотно руководил отрядом, у кого-то все удавалось. Благодаря слаженной сплоченной работе, где каждый человек чувствует себя нужным и что-то делает, получается одна большая картинка, один большой пазл, благодаря которому и добиваются высоких результатов. В этом году нам удалось "сколотить" такой коллектив, который на многое способен. Конечно, была конкуренция, было не так легко выиграть знамя и вообще соревноваться, потому что другой регион, другие традиции, другие люди, и все-таки мы взяли это знамя лучшего отряда всероссийской стройки. И, приехав на Алтай, потрудились и по итогам года стали лучшим стройотрядом нашего региона.

— **А чем помимо отрядов ты еще увлекаешься?**

— Как поется в песне "судьба моя - студенческий отряд", так, наверно, и про меня можно сказать, потому что большую часть времени своей жизни я отдаю студенческим отрядам. Даже больше, чем учебе, хоть это немножко и неправильно. Помимо того, что я являюсь командиром студенческого строительного отряда, я недавно закончила работу с отрядами снежного десанта. 3 года ездила командиром, сейчас уже сдала полномочия. Не на все хватает времени всегда, а отряд - это не просто шалость или увлечение, которому можно уделять мало времени. Чтобы хорошо работать, и чтобы не только отряды, но и штаб в целом добивался высоких результатов, нужно очень много работать! Это работа в частности бумажная, умственная, нужно что-нибудь постоянно придумывать, делать, организовывать ребят, мотивировать, чтобы они хотели работать, чтобы это было интересно.

Я занималась раньше хореографией и сейчас по возможности танцую. Работала в шоу-балете "Хаос" пару

лет и танцевала в нашем народно-сценическом коллективе "Сударушка" с первого курса по четвертый. Была участником «Студенческой весны» в 2013 году в составе этого коллектива, так же занималась раньше профессионально черлидингом, ездила на учебу в Омск и привезла сертификат, что могу работать преподавателем, тренировать ребят.

— **Когда первый раз ты пришла в отряд?**

— Первый мой отряд — это отряд снежный десант. О нем я узнала от девочки из Шипуновского района, от своей землячки Виктории Бедаревой, которая на тот момент была комиссаром "Легенды" и создавала отряд "Попутный ветер" снежного десанта. Как-то так получилось, что мы с ней встретились, я была на первом курсе, и спросила у нее, чем можно заниматься помимо учебы в университете. Она мне рассказала про студенческие отряды. Начинала я со Студенческого правительства, стала старостой своей группы, а потом старостой факультета и института в целом. Год работала и параллельно с нового года 2011 я была бойцом отряда снежного десанта. По итогам сезона стала лучшим бойцом этого отряда, и в итоге в свете всех этих событий в 2012 году я поехала уже командиром. После первого десанта я сходила на собрание в строительный отряд "Легенда". Нас тогда было четверо кандидаток на эти места, взяли всех. Два года я ездила бойцом. Мы работали первый год на Бирюзовой Катунь, а в 2012 году выехали в Ямало-Ненецкий автономный округ Тазовский район поселок Находка. Работали на строительстве завода по перегонке нефти и газа. Север, тяжелые условия, но, несмотря на это, наш отряд сохранился, он не исчез и наверно больше укрепился. После я стала командиром этого отряда и вот два года положила руку на сердце отработала в этой должности.

— **А у вас есть какие-нибудь традиции в отряде?**

— Традиций очень много. У каждого отряда очень много традиций. Есть определенные заповеди, которые соблюдают все отряды и мы в том числе, про традиции знают только бойцы отряда. Если их рассказывать, то это будет немножко неправильно, но могу сказать, что благодаря этим традициям, которые закладывались ветеранами, отряд еще жив, отряд делает много нового, интересного, творит, "чудит" на благо общества!

*Хочется от всей души поздравить ССО "Легенда" и его командира Татьяну Зайченко с победой.*

*Так держать, ребята! А также пожелать успехов в их нелегкой работе, массу позитива, веселья и задора. Оставайтесь такими же сплоченными и радуйте наш университет и край вашими победами!*

Растягаева Кристина

## Подари частичку тепла

**Приближаются долгожданные новогодние праздники, время, когда весь мир погружается в сказку. У каждого это время ассоциируется с елочкой, снежинками, мандаринами, новогодними фильмами, а для меня, уже 4 год, это знак того, что приближается долгожданная поездка в детский дом...**

«Подарим детям праздник» - это традиционная акция, которая каждый год проводится активистами Студенческого правительства. Многие люди не понимают, почему при жестком графике жизни, приближающейся сессии и крайней нехваткой сна, эти ребята выбирают совершенно безвозмездную помощь, как кажется на первый взгляд, чужим детям. Чтобы вам стало понятней, сейчас я Вам об этом подробно расскажу.

Начать бы хотелось с того, что меня ужасно возмущает, когда люди говорят, не имея на то оснований, что дети с детского дома агрессивные, злые и грубые! Согласна, они отличаются от обычных детей. Но лишь тем, что они сильные, волевые, храбрые, честные, искренние. Они никогда не будут скрывать истинного отношения к человеку: если вы им приятны – они вам готовы доверить самые сокровенные тайны, а если нет – они вас никогда не подпустят к себе. Да, эти дети недоверчивые и им свойственно чувство жадности. Почему это все происходит? Это просто оттого, что им не хватает простого человеческого общения, душевного тепла, да и просто чувства, что их понимают. Да и как они будут доверять людям после предательства, самого страшного предательства, которое может быть... предательства людей, которые должны были называться «родителями»!

Если Вы завоеуете их доверие, перед Вами откроются невероятные человечки, которые не боятся быть собой, не умеют обманывать и держать эмоции в себе. Они настоящие. Когда на них просто смотришь, уже хочется все им отдать, все, что у тебя есть! Все внутри переворачивается, когда они обвиняют твою руку, когда обнимают тебя с такой силой, что готовы просто раздавить, и долго-долго не отпускают. Так трогательно, когда они дарят тебе открытку, которую ты только что научила их делать. И каждый, кто туда приезжает, оставляет частичку своей души, иначе и не получается!

Еще меня потрясает их сплоченность, они горой друг за друга встанут. Помню ситуацию, замеченную мной в одну из поездок. Когда все рассказывали Дедушке Морозу стихи, дети буквально облепили его со всех сторон, а малыши стояли в сторонке и боялись подойти, потому что дети постарше их бы не пропустили. Но один из мальчиков меня поразил. Он подошел, держа за руки двух крохотных девочек, и сказал: «Давайте самых маленьких вперед пропустим!» Но на него ни

кто из ребят не отреагировал. Тогда он не растерялся, взял одну из малышек на руки, и через толпу на своих детских ручках принес к Деду Морозу и поставил на стульчик. Просто нужно было видеть, с какой заботой он делал все это. Это ли не поступок настоящего мужчины?! И таких историй ребята, побывавшие там, могут рассказать множество. Здесь вспоминаются слова одного из великих мыслителей: «Я бы хотел, чтобы Вы уважали детей. Дети все заслуживают самого большого уважения, на какое Вы только способны, потому что они так свежи, так невинны, так близки к божественному. Пора отдать им уважение, а не заставлять их уважать испорченных и развращённых людей просто потому, что они старше».



После общения с ними как будто душа оживает, а сердце можно сравнить с Вселенной. Это невероятное чувство, которое ни с чем не сравнится!

Я хочу выразить слова благодарности, уважения и восхищения всем тем чудесным людям, которые на протяжении уже нескольких лет дарят детям настоящую волшебную сказку!

Щетинина Александра

## Основные стипендиальные выплаты в АлтГТУ

**Студенты АлтГТУ, обучающиеся на бюджетной очной форме, имеют право на получение основных стимулирующих денежных выплат - стипендий за успешную учебную деятельность: академической, повышенной и отличительной.**

Студентам, которые обучаются на "четыре" и "пять", ежемесячно выплачивается базовая (академическая) стипендия в размере 1400 рублей. По отношению к базовой стипендии формируются дополнительные выплаты. Повышенная стипендия - это +50% к базовой, то есть она составляет уже 2100 рублей. На нее можно рассчитывать тем, кто имеет высокий академический рейтинг. Это 22% студентов от каждого факультета или института. А отличительная стипендия выплачивается уже 3% студентов с факультета, которые учатся только на "отлично". Она составляет две базовых стипендии - 2800 рублей. Чтобы лучше понять, как рассчитываются эти виды стипендий, приведем пример. Если на факультете учится 300 человек, то 66 человек (а это как раз 22% от общего количества) будут получать повышенную стипендию, а 9 человек (3%) - отличительную.

Следует заметить, что студенты Факультета специальных технологий получают базовую стипендию в размере 2520 рублей, то есть в 1,8 раза больше, чем на остальных факультетах. Соответственно, на ФСТ меняются размеры повышенной и отличительной стипендий: первая — это +140% к академической (3360 руб.), а вторая — в три раза больше (4200 руб.).

Обучающийся в АлтГТУ может оформить также и социальную стипендию (в размере 2100 руб.), предоставив университету определенные документы, подтверждающие право на дополнительную выплату. На эту стипендию могут претендовать студенты, воспитывающиеся в малообеспеченной семье, пострадавшие в стихийном бедствии, сироты, инвалиды и те, кто имеет другие весомые причины, прописанные в соответствующем положении. То есть для получения социальных выплат необходимо в соответствующих органах социальной защиты взять справку, подтверждающую вышеперечисленное, для дальнейшего ее предоставления по месту обучения.

Администрация ВУЗа убедительно отмечает, чтобы студенты как можно раньше оформляли заявление на социальную стипендию, так как она начисляется именно с даты написания этого заявления, а не с даты предоставления справки, подтверждающей необходимость получения социальной стипендии. Как рассказывают в планово-финансовом управлении "политеха", многие студенты тянут с заявлением: например, при справке, подписанной в сентябре, заявление они пишут уже в ноябре-декабре, из-за чего теряют социальные выплаты за предыдущие месяцы. Само же заявление на требование социальной стипендии с первого июля этого года оформляется теперь не в профсоюзной организации ВУЗа, а в деканате своего факультета. Это одно из требований к Совету обучающихся из ФЗ «Об образовании».

Если ты, помимо успешного обучения, активно увлекаешься спортом, занимаешь победные места в олимпиадах, участвуешь в творческой и общественной жизни ВУЗа, то тебе полагаются дополнительные поощрительные надбавки к стипендии, которые могут достигать больших размеров, но для их получения необходимо обратиться в деканат факультета. Там существуют специальные стипендиальные комиссии, состоящие из заместителя декана по внеучебной работе, Председателя Совета старост и профбюро факультета, которые и занимаются распределением таких выплат.

Перечисленные стипендии - лишь основные в нашем университете, их видов очень много (именные, президентские, за научную деятельность и т.д.), а подробнее о них можно узнать в администрации факультетов или на сайте АлтГТУ.

Волкова Елена

Текст: Красноярецва Дана

## Да будет свет!



**Первый в мире киноаппарат, телевизор, космическая ракета, самолёт, парашют, радио... и многое-многое другое. Как бы хотелось, задавая нашим людям вопрос, кто это всё создал, слышать в ответ - русские!**

**Мы продолжаем цикл русских учёных и изобретателей, перевернувших мир своими открытиями. Сегодня в честь дня энергетика жребий пал на Лодыгина Александра Николаевича (1847-1923). Сейчас и узнаем кто это.**

Электротехник-изобретатель Лодыгин работал и над летательными аппаратами, и над водолазными костюмами, но в историю вошёл как изобретатель лампы накаливания. Он долгие годы работал над этим изобретением, постоянно что-то меняя и совершенствуя. И, наконец, в 1873 году на ул. Одесской в Петербурге Александр явил народу своё чудо! Вот цитата инженера Н. В. Попова, лично присутствовавшего на демонстрации: "На двух уличных фонарях керосиновые лампы были заменены лампами накаливания, излившими яркий белый свет. Масса народа любовалась этим освещением, этим огнём с неба. Многие принесли с собой газеты и сравнивали расстояния, на которых можно было читать при керосиновом освещении и при электрическом". Так и прошло первое публичное применение лампы накаливания, которая содержала два угольных стерженька, из коих один горел всего полчаса и выжигал кислород, а второй горел в течение двух с половиной часов.

После этого ошеломительного успеха в 1874 году Лодыгин получил патент на своё изобретение (привилегия № 1619 от 11 июля 1874). Он запатентовал своё изобретение во многих странах: Испании и Португалии, Италии и Франции, Индии и Австралии и т.д., основал компанию «Русское товарищество электрического освещения Лодыгин и К°».

Среди научных и промышленных кругов интерес к работам А. Н. Лодыгина после этого сильно возрос. Академия наук присудила ему Ломоносовскую премию, подчеркнув этим научную ценность его трудов. Блестящие успехи А. Н. Лодыгина привели к тому, что вокруг него стали группироваться предприниматели, заботившиеся не столько об усовершенствовании лампы, сколько о возможных прибылях. Это и погубило всё дело.

Все последующие сделанные им лампы накаливания даже не носили его имени. Последняя по времени выпуска конструкция лампы имела 4-5 отдельных стержней, в которой каждый уголь автоматически включался после выгорания предыдущего угля. Эта лампа носила название "лампы Конна". Изобретением Лодыгина в 1877 г. воспользовался и Эдисон, знавший о его опытах и ознакомившийся с образцами его ламп накаливания. Эдисон начал работать над их усовершенствованием. В это время Лодыгин работает над созданием электропечи, которая будет успешно применяться в промышленности. В 1884 году Александр Николаевич уезжает из России. Сначала во Францию, затем в Америку. Где и умирает в возрасте 76 лет.

Лодыгину принадлежит и та заслуга, что он указал очень важное значение вольфрама для изготовления ламп накаливания. Тогда его никто не услышал (в 1906 г.), а спустя 20 лет (и до сегодняшнего дня) электроламповая промышленность всего мира полностью перешла на вольфрамовые лампы.

Назовём и некоторые другие проекты и изобретения Александра Лодыгина:

- электролет;
- электрический обогреватель;
- индукционная печь;
- водолазный аппарат.



ВETERАН СП

## Будь активен!

А тем временем «Сковородка» продолжает переключку Ветеранов Студенческого правительства. Прекрасной гостьей этого номера стала Наталья Акименко – недавняя студентка-бакалавр, ныне магистрант «политеха». Мы встретились с Наташей и допросили ее с пристрастием.

— С чего началось твоё участие в Студенческом правительстве? Откуда о нём узнала? Как попала в команду?

— Мое участие в СП началось с Зачет-бойрда! Наша команда (сборная ИЭиУ) заняла тогда 1-ое место. Нам очень понравилось! Был у нас и Ледокол, где вдохновили веселые и красивые люди в синих жилетках. Но в моей «СПшной» жизни огромную роль сыграл Артём Мухопад (экс-председатель Комитета по Политике). Он стал для меня наставником, а затем и хорошим другом - мы общаемся и сейчас!

В тот момент все звезды сошлись так, как нужно. Я дико желала яркой студенческой жизни, быть в курсе всех происходящих событий, развиваться, быть частью крутой и слаженной команды. Я изучала наш сайт в разделе о СП и выбирала в какой комитет пойти, но пока я думала, Артем вместе с Дашей Ламм (председатель Совета старост ИЭиУ в 2010 году) и Машей Чашковой провели у нашей группы Ледокол. После него мы стали случайно встречаться с Артемом в коридорах «политеха». Он приглашал меня на дебаты, и я пришла в чудесную 107 аудиторию ГК. Боялась зайти: «А вдруг нельзя?!» В итоге: мне понравилось, и я осталась на собрание Комитета по Политике. Вот уж не думала, что именно туда попаду! Но всё в жизни неслучайно, и я рада, что мне было суждено стать частью именно этого Комитета! Артем, спасибо тебе за мое СП.

— Какие навыки и качества ты приобрела в СП?

— Долгое время в силу собственного стеснения или страха многие качества во мне были нераскрыты, и я чувствовала потребность менять эту ситуацию. Благодаря СП я стала более решительной, уверенной в том, что

я многое могу: генерировать удачные идеи, организовывать мероприятия, быть лидером потрясающего Комитета и многое другое. Это не значит, что я никогда не сомневаюсь. Напротив, сомневаюсь я очень часто. Но СП научило меня не бояться ответственности за свои поступки. А это очень важно в жизни!

Кроме того, раньше я боялась выступать перед аудиторией, а сейчас полюбила. Я приобрела важные навыки для моей профессии — Менеджер: планировать свою деятельность и работу других, писать пресс-релизы, взаимодействовать с администрацией вуза, города и края, партнерами и студентами других вузов, организовывать работу в удовольствие, не в ущерб результату.

— Помогают ли знания и опыт, приобретённые в ходе деятельности в СП?

— Конечно, помогают! Мне они помогали в учебе, когда преподаватели говорили о чем-то в общем, и не все понимали, как это происходит на практике. Мой опыт как тренера СП (и не только СП — я была тренером федерального уровня в составе ША «Лидер XXI века») помогал в докладах, курсовых и экзаменах. И в итоге умение выступать публично заслужило высшей похвалы при защите дипломной работы.

— Многие считают, что совмещать учёбу, активную деятельность и работу довольно сложно. Как тебе всё удаётся?

— Секрет прост и универсален — должно быть желание успеть всё то, что ты запланировал. Только энтузиазм и желание развиваться прибавляет к 24 часам дополнительное время, заряжает тебя энергией и позитивом. В жизни много обстоятельств, загружающих нас. Следует знать, что и зачем ты делаешь, понимать, что тебе это нужно. И конечно, я постоянно пишу список дел, покупок и прочей ерунды, что экономит мое время в магазине, на работе, в учебе.

— Какие мероприятия и Школы Актива тебе запомнились больше всего? Вспомни мастер-класс, в ходе которого изменились твои взгляды на жизнь, на саму себя.

— Каждая Школа Актива в моей жизни была замечательной и каждую я помню. Но вот подготовку именно к ША «Шаг вперед. Новый уровень. Весна 2013» я выделяю. Было очень трудно, но очень интересно. Мы проделали колоссальную работу и были вознаграждены. Меняли практически всё, я очень выложила как программный директор, и считаю эту школу очень своей! Идеи воплощены, участники довольны, я безумно рада.

Что касается мероприятий, то здесь всё, что было создано нашей командой КпоПа, а особенно «Неделя донорства» и «Космическая гонка»! Это принципиально новое, что вывело Комитет на новый уровень. В прошлом году мы даже выиграли грант на развитие проекта «Неделя донорства» от Росмолодежи.

Вся деятельность в тренерском составе СП — это мастер-класс на протяжении всей жизни! Это изменения меня и во мне, друзья, взлеты и падения, разочарования и радости, это настоящее и сильное, способное вместе на все!

— Что ты можешь сказать о дружбе с ребятами из СП?

— На данный момент моя жизнь очень меняется, но я благодарна всем, кого я встретила в СП! Многие люди - мои замечательные знакомые или друзья. Я бы хотела и дальше по жизни идти вместе с ними, подставляя плечо и держась за руки! В основном это люди из тренерского состава, и из моего любимого Комитета - КпоП. Удачи им в их прекрасной и нужной деятельности!

— Довольна ли ты своим трудом? Чего бы пожелала молодому активу?

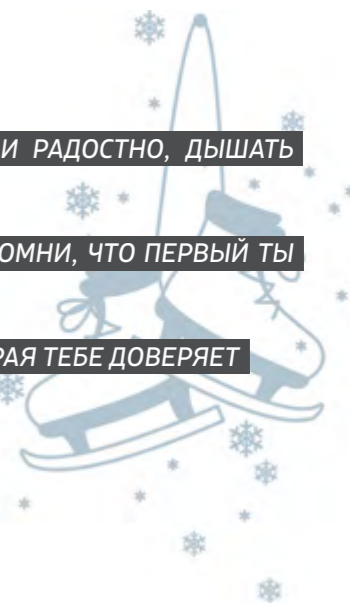
— Я довольна своим трудом, не буду скрывать. Я очень скучаю сейчас по той творческой и доброжелательной атмосфере СП, безбашенным и креативным идеям, проектам, смеху и людям. Такую же атмосферу найти в работе очень трудно. Поэтому активистам СП желаю всем сердцем гореть мечтой и делом, которым вы занимаетесь, чтить и приумножать традиции СП, ценить время, которое вы здесь проводите, брать и отдавать по максимуму и любить людей, которые трудятся вместе с вами.



ЖЕЛАЮ ЖИТЬ АКТИВНО И РАДОСТНО, ДЫШАТЬ ПОЛНОЙ ГРУДЬЮ.

ЛЮБИ БЫТЬ ПЕРВЫМ! И ПОМНИ, ЧТО ПЕРВЫЙ ТЫ БЛАГОДАРИА КОМАНДЕ,

КОТОРАЯ ЕСТЬ В СП, КОТОРАЯ ТЕБЕ ДОВЕРЯЕТ И ГОТОВА ИДТИ ЗА ТОБОЙ.



Часовских Виталий

# Акулы пера

Текст: Яткунас Анна

**Хищники, которые всегда готовы отхватить информацию – наши акулы-журналисты. Мы всегда стараемся обеспечить читателя самой свежей и интересной информацией. В наступающем году нашему журналу исполняется 10 лет! В связи с этим знаменательным событием, мы решили приоткрыть занавес тайны нашего Комитета по СМИ – какой путь проходит «Сковородка» до того, как Вы взяли ее в руки. Итак, поехали!**

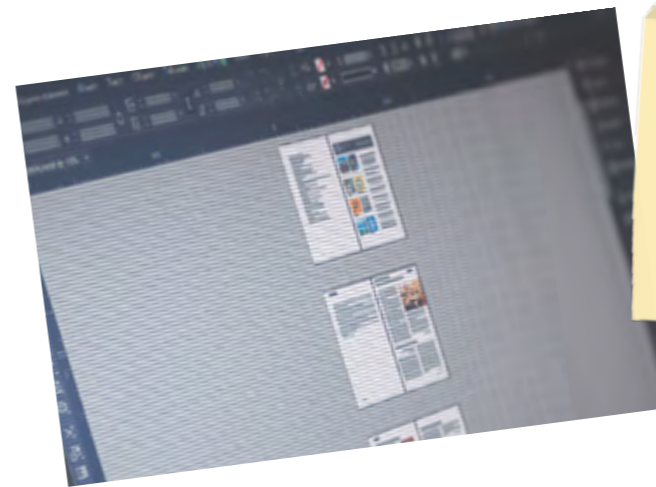
На собрании Комитета мы не только ведем светские беседы за чаем с печеньками. Мы смотрим свежую прессу многих российских вузов, ищем новые злободневные темы для их отражения. Вносим предложения в уже существующие рубрики. В обсуждении принимают участие не только наши корреспонденты, но и остальные отделы нашего Комитета: дизайнеры, фотографы, пиарщики и другие. В итоге рождаются темы для нового номера.



Каждый из ребят, что перечислен на последней странице обложки в графе «Журналисты», подходит к делу ответственно. При написании отчета о мероприятии обязательно присутствует сам, если тема горячая, то рассматривает ее с разных сторон. Карина Печникова на фото только начинает делать наброски по статье. Но она точно знает, что ее статья заинтересует читателя, ведь она, как и остальные, вкладывает в нее частичку души!

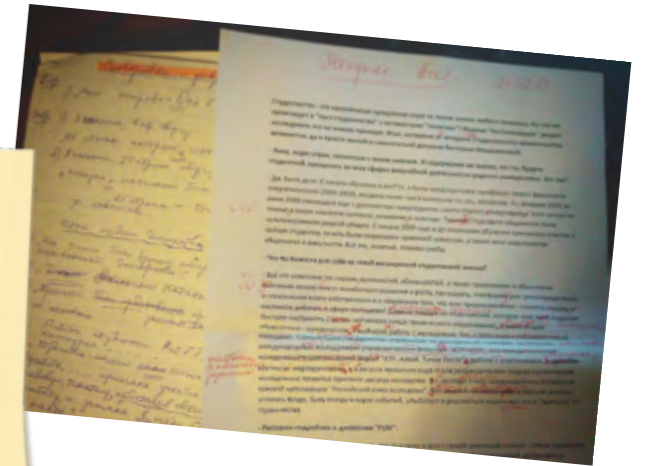


Номер состоит не только из статей от первого лица. Это еще и интервью с разными интересными людьми. Каждый из них яркий и умный человек, который может очень много рассказать читателю.

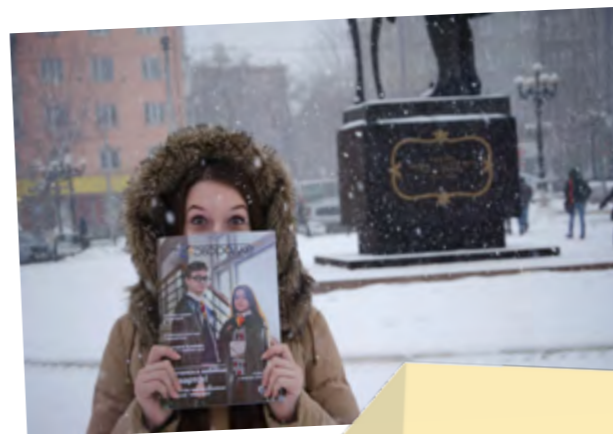


После первичной проверки статей главным редактором за них берется дизайнер, который уже непосредственно начинает верстать макет. «Я не волшебник, я только учусь!» – уже устал повторять Роман Барсуков, наш супер-дизайнер. Эмблема журнала, яркое оформление страниц – все его заслуга.

Даже самый грамотный журналист не застрахован от ошибки. Для этого в журнале существует редакционный совет в лице Белоусова Николая Александровича и Огнева Ивана Владимировича. Иван Владимирович также является учредителем нашей «Сковородки». Только после их полной проверки макета (не считая редактора), он может быть отдан в издательство на печать.



Немного бумажной волокиты, договор подписан. И вот он, долгожданный звонок о том, что журнал напечатан! Главный редактор в лице Анны Яткунас его забирает и разносит вместе с остальными членами Комитета по «политеху», передает его в руки старост факультетов.



Новенький номер сделал путь из небольшой идеи в компании нашей редакции до яркого и немного пахнущего краской журнала. Каждый выпуск – небольшой праздник для нашего Комитета. Поэтому нам очень приятно читать ваши отзывы благодарности. Обещаем продолжать расти как количественно, так и качественно. Спасибо за то, что вы с нами!

# Театр-студия «Калейдоскоп»

Текст: Растягаева Кристина

*Весь мир вокруг калейдоскоп,  
Картинок красочных игрушка,  
Чуть повернёшь его и... Оп!  
Сменились стёклышки-вертушки.*

*Так каждый раз меняет мысль  
Цветные образы сознания,  
Момент!... и образы слились,  
Оставшись, как воспоминанья...*

**У**же четвертый десяток в нашем университете существует театральный коллектив «Калейдоскоп». Название театра-студии было взято неспроста, ведь, как и прибор калейдоскоп, он завораживает нас своим творчеством и многогранными талантами. У этого коллектива, как уже件нятно, очень большая история.

Театр был создан в далеком октябре 1978 года студентами автотранспортного факультета Алтайского Политехнического Института. Студенты, вернувшись со студенческих отрядов, решили показать на сцене, как они провели лето. Но это было не похоже на выступление агитбригады, выступление было наполнено юмором на актуальные для ребят темы. Вот так и появился новый театр, не имеющий своих аналогов. Очень быстро их творчество стало набирать обороты. Они начали выступать в различных юмористических конкурсах и фестивалях.

В период с 1984 по 1999 гг. «Калейдоскоп» становился неоднократным победителем конкурсов юмора в Барнауле, Томске, Омске, Иркутске. Театр выиграл региональный телевизионный конкурс «КВН — Сибирь 95» в г. Новосибирске. Он стал лауреатом фестивалей студенческих миниатюр в городах: Алма-Ата, Красноярск, Абакан, Львов, Киев, Самара. В 1986 году театр работал в составе агитпоезда ЦК ВЛКСМ «Молодогвардеец» в Тюменской области, а в 1987 году — на агиттеплоходе ЦК ВЛКСМ «Карчагинец» в Беринговом море. Театр является организатором больших городских мероприятий: «Этот старый Новый год», «Татьянин день», «Юморина», «Международный день защиты детей», «День Молодежи», городского фестиваля команд КВН. Театр плодотворно сотрудничает с различными фирмами города, проводя театрализованные презентации и рекламные акции.

С 1993 года театр был зарегистрирован как юридическое лицо. А в 1996 году был награжден за большой

вклад в культурную жизнь города «Муниципальной премией в области литературы, искусства и архитектуры».

**Н**екотрые участники коллектива «Калейдоскоп» вошли в состав команды «Дети лейтенанта Шмидта» (команда образовалась после слияния в 1996 году студенческого театра эстрадных миниатюр «Люкс» из Томска и шоу-театра «Калейдоскоп» из Барнаула), ставшей многократным победителем в популярной телевизионной юмористической игре КВН (Клуб Веселых и Находчивых). Это Виталий Гасаев, Андрей Деулин, Дмитрий Никулин, Пётр Винс, Александр Фёдоров, Александр Полетаев.

В настоящий период театр живет и развивается. Ведь каждый год в него вливаются новые таланты, которые привносят новизну. Театр и по сей день живет в ногу со временем. Он по-прежнему участвует во многих конкурсах и прославляет Алтайский край во многих регионах Сибири. Так, например, театр-студия «Калейдоскоп» участвует в традиционном конкурсе БУМ - Большая Универсальная Миниатюра - конкурс СТЭМов (СТЭМ — Студенческий Театр Эстрадных Миниатюр). Этот конкурс является прародителем современного КВНа и проводится в городе Омске.

В этом году в коллективе произошла смена поколений. На место выпускников пришли новые ребята с первых и вторых курсов. Они буквально месяц назад только познакомились, но уже видно, что они представляют очень дружный и сплоченный коллектив. Им еще многому предстоит научиться в этом нелегком деле. Но мы думаем, что у них все получится!

**Д**ля развития своих талантов и пополнения литературных знаний ребята читают различные книги, выполняют упражнения на дикцию, а также на избавление от «зажима». Ведь выход на сцену даже для опытного актера является нелёгкой задачей. При всем при этом, выходя на сцену, необходимо помнить, для чего ты это делаешь, какую информацию ты должен передать своим зрителям. На сцене очень важно взаимопонимание, взаимная «любовь» актеров. Потому что, чтобы получился тот образ, та история, которую театральный коллектив хочет передать зрителю, необходимо быть командой, члены которой чувствуют друг друга и готовы поддержать в трудный момент. На сцене нельзя быть только за себя, там нужно быть единым целым.

В заключение хочется пожелать коллективу театр-студии «Калейдоскоп» больших творческих успехов и долгих лет процветания!



# Лучшая работа – это оплачиваемое хобби



Есть ребята, которые поступают в ВУЗ, лишь бы получить образование. «Авось, за время учебы разберусь, к чему душа лежит». Время, проведенное в стенах университета, нещадно бежит, да только воз и ныне там: многие из этих ребят так и не определились, чем хотят заниматься после выпуска. Однако, есть студенты, которые еще учатся и уже работают, причем там, где им нравится. Один из них – Олег Лукьяненко, студент 4 курса, индивидуальный предприниматель. Является совладельцем проката сноубордов.

— Олег, здравствуй! Расскажи, как давно ты занимаешься сноубордингом?

— На самом деле не так и давно - с первого курса в университете. Как сейчас помню тот день, когда ехал впервые со склона мокрый, счастливый и загоревшийся этим видом спорта.

— Как пришла идея открыть свой прокат бордов?

— Идея, в принципе, ходила после первой «большой» стипендии – я являюсь активистом нашего факультета, за что и получал министерскую стипендию, а потом еще и за научную деятельность. Деньги немалые для студента. Сразу возникла мысль: как-нибудь полезно вложить такую сумму. Решающую роль сыграл друг со строительного отряда, Рома Васильев, ведь он имел опыт ведения бизнеса. Предложил мне идею открыть прокат. Я, конечно, сразу же согласился. А как иначе?

Бюджет у нас был скромный, поэтому помещение нашли очень дешевое и совершенно неподходящее для пребывания человека... Но потратив 2 месяца(!) на ремонт, мы открылись и начали заниматься прокатом сноубордов. Как начали...? Скупали инвентарь везде: у знакомых, в интернете, даже в других прокатах (смеется). Дальше наш коллективный мозг принял решение организовывать туры в Шерегеш. В общем все и сразу.

— Интересно! А как вы работаете летом?

— Летом велосипеды, ролики, скейты... Предлагаем то, что пользуется спросом у барнаульцев.

— С какими проблемами сталкиваются молодые предприниматели?

— Таких проблем предостаточно! Например, бюрократия, налоги, а также проблема с экономической неграмотностью, так как в школе и в университете недостаточно занятий по «адаптации к жизни». Но если есть желание и цель, тебе плевать на проблемы и отсутствие денег, потому что ты живешь идеей!

— Кстати об университете. Планируешь ли работать по специальности?

— Если честно, то совершенно не планирую. Но «политех» дал мне многое, и самое главное, что я усвоил, так это то, что надо заниматься тем, что тебе приносит удовольствие! Тогда и жизнь наполняется смыслом.

— Какие у тебя планы на ближайшее будущее?

— Пока у меня одна цель: повысить свое владение доской. И, возможно, было бы неплохо начать свое производство сноубордов. Мечты, мечты!

— Что пожелаешь читателям «Сковородки»?

— Желаю каждому найти цель в жизни и упорно к ней идти. Не трать свое время на то, что тебе не нравится. Даже если это советуют родители, возможно, друзья, или ты считаешь, что эта профессия будет приносить неплохой доход. Если ты превращаешь свое увлечение в работу, то станешь самым счастливым человеком!

Яткунас Анна

Бацунова Зоя

## Теплые советы

**Зимняя пора, не заставив себя ждать, буквально упала с неба и окутала нас снежными объятиями. А снег, как известно, предвестник новогодних праздников и, конечно, зачетов и экзаменов!**

Несмотря на то, что зимой люди делятся на два типа: «коньки в зубы и в темпе вальса», либо «дом, милый дом», всем нам необходим запас сил, энергии и здоровья, дабы выжить в этот нелегкий период, когда на улице включен режим морозилки, а так хочется везде успеть, ни в коем случае не упустить возможности прокатиться с горки и хоть разочек лизнуть ледяную скульптуру.

Тем не менее, вы прячетесь от холода в четырех стенах? Браните зиму, часто болеете, а хорошее настроение давно сбегало на Бали?

Как же сохранять лето внутри, приумножать тепло и делиться им с окружающими?

**1. Папенька свежий воздух.** Улыбнитесь мерцающим кристалликам, обитающим здесь и там и прилипающим к стеклу окон! Они зовут вас выбежать на улицу и разделить радости зимней прогулки. Пускай немного щипают за нос и щеки: не бойтесь, они просто танцуют. Не теряя времени, надевайте теплейшие доспехи настоящего сибиряка и бегите навстречу свежему воздуху. Вспомните о коньках, лыжах, сноуборде, санках, заснеженных лесных тропинках, об игре в снежки. Ведь зимние забавы и прогулки крадут нас у суеты, замораживают проблемы и тревоги, заряжают хорошим настроением, энергией, запускают выработку эндорфинов (гормонов счастья), повышают иммунитет и даже укрепляют память. Знайте, папенька свежий воздух всегда рядом.

**2. Матушка активность.** Засиделись на парах? Устали на работе? Подготовка к сессии зашла в тупик? Постарайтесь найти свою дорожку к матушке активности. Туман усталости, сонливости и депрессии быстро настигает постоянно сидящих или лежащих на диване. Йога, фитнес, балет, пилатес, бассейн, танцы, видеоуроки или просто танец души под любимую музыку дадут такой прилив сил, что дымка рассеется, мороз покажется щекоткой, а сложные науки станут дружелюбнее. Доказано: физические нагрузки улучшают работу мозга, не скупаются на уже знакомые нам эндорфинчики, укрепляют здоровье, дарят легкость, сохраняют мышцы в тонусе. Убедитесь сами - регулярные тренировки добавляют перчинку привлекательности и уверенности в своих силах. Помните, движение - жизнь.

**3. 1000 и 1 витамин.** Уделите особое внимание рациону питания. Полуфабрикаты, копчености, сладкое и мучное отнимают много сил, при этом почти не содержат полезных веществ и создают благоприятные условия для активной деятельности вирусов, подавляя иммунную функцию, не говоря уже о том, что способствуют накоплению лишнего веса. Предпочтите продуктам-пустышкам стражников иммунитета: таких как мед, сухофрукты, овощи, фрукты. Особенно богаты витаминами А и С цитрусовые, киви, капуста, хурма, облепиха, морковь, черная смородина, чеснок, имбирь. Еще один доблестный защитник организма от заболеваний - это цинк. Он содержится в курином бульоне, сыре, морепродуктах, говядине, индейке, баранине. Обязательно включите в рацион орехи, льняное масло, жирную рыбу. Все эти продукты помогают восстанавливать силы, укреплять здоровье и сохранять позитивный настрой. Ни для кого не секрет, мы - это то, что мы едим.

**4. Живая вода.** Еще одним лекарством от зимней хандры является чай из зверобоя, шиповника, солодки, китайского лимонника, женьшеня, имбиря и других целебных растений. Он согревает после или во время прогулки, тонизирует, помогает справиться со стрессом и простудой.

**5. Сон целитель** не приходит на паре или в маршрутке. Он заглядывает до полуночи, любит мягкую подушку и одеяло и гостит у нас 6-8 часов. Сон восстанавливает силы, дарит хорошее настроение и самочувствие, прогоняет болезни, бережет молодость и красоту.

**6. Теплотерапия.** Проводите больше времени с родными, друзьями, делитесь улыбками и светлым настроением, поддерживайте друг друга! Не забывайте про любимые занятия и хобби! Будьте уверены, счастье всегда с вами!

## Праздник к нам приходит



Каждый из нас любит получать подарки. Но выбирать и дарить их — не меньшее удовольствие. Поэтому мы хотим поделиться с вами, дорогие читатели, секретом: чем можно порадовать ваших родных и близких в Новый год.

Купленные или сделанные своими руками, забавные или серьезные, простые или изысканные и дорогие — подарки бывают разные... Самое главное — это внимание к близким, время, которое вы готовы провести с ними.

Итак, перед тем, как преподнести кому-то подарок, неплохо было бы спросить себя: «Я дарю человеку то, что мне нравится или то, что ему хотелось бы получить?» Словом, полагаться только на свой вкус не стоит, лучше всё-таки учитывать и желания того, кому вы дарите. Например, мой маленький племянник сказал, что хочет настольную игру. А я собиралась подарить ему мягкую игрушку. Но если он мечтает об этой игре и будет счастлив её получить — разве мне трудно осуществить это маленькое желание? Вывод простой: подарок должен быть желанным.

Кстати, главная ценность подарка не во вложенных деньгах, а в его уникальности и неповторимости. Очень важно пробудить в человеке истинную радость, восторг, удивить его, взволновать, развеселить. Даже самую простую вещь можно преподнести так, что она будет оригинальной. К примеру, обычный компакт-диск может стать эксклюзивным, если записать на него персональную подборку песен или фильмов, не забыв при

этом об оформлении: придумать красивую или забавную картинку, коллаж, текст с новогодним поздравлением.

Отличным подарком может стать и оригинальный пазл. Это можно сделать в обычном фотосалоне. Принесите, например, фотографию вашей семьи, и через несколько дней получите настоящий большой пазл из множества кусочков, который можно будет подарить своим родителям.

Хорошо, если подарок отражает характер и увлечения человека. Я, например, очень люблю кататься на коньках. И какова же была моя радость, когда родители подарили мне на Новый год фигурные коньки. Это действительно привело меня в восторг, ведь я так давно этого хотела.

И ещё, все знают, что лучший подарок — сделанный своими руками. Здесь идей может быть бесконечное множество: самодельные новогодние открытки для друзей, декоративные елочки и игрушки, сувениры-подвески, шкатулки, различные талисманы и многое другое!

Новогодние подарки — это не только способ выражения внимания. Это воплощение желаний. Пусть у вас и ваших близких всегда будет повод для новогодней радости.

*Счастливого Нового года!*

*Праздничный день прошел,  
И на душе немного грустно.  
День который мы так ждали, остался на губах со сладким вкусом.  
Как хорошо,  
И в то же время так печально.  
Ты еще не ушла, но а я уже скучаю.*

*Вскоре растворит  
Нас в себе уставший город.  
Чтобы встретиться снова, я придумаю веский повод.*

*Завтра опять дела,  
Нас захлестнут седые будни.  
Жизненная суета,  
Вскоре про этот день забудем.  
Но поднимется солнце,  
И засверкает новый праздник.  
Опять вместе соберемся, если нас никто не взглянет*

*Нечаев Данил*

*В блокноте из золотого янтаря  
Тобой нарисована планета,  
Ни слова не обрушив за поля  
И в каждой строчке претерпевши эхо.*

*Глаза глядят в безоблачную ночь  
И видят то, что никому не снилось.  
И все сомненья ты отправишь прочь,  
Где для меня скопление звезд искрилось.*

*Над горизонтом первая дуга,  
И первые лучи дневной свободы.  
Ведь ночь лишь знает, кто я без тебя,  
А в шторме дней не изменить погоды.*

*Виталий Часовских*

*С глубины веков и вплоть до наших дней,  
Столетиями мы о любви слагаем песни,  
На разных жанрах и на разных языках,  
Мы пишем идеал про то, как двое вместе.*

*В картинах, песнях, фильмах и стихах,  
Мы выражаем чувства к той, что всех дороже,  
Хочу в своей поэме рассказать,  
О том, что пробирает нас до дрожи.*

*А что любовью называют в нашем веке?  
Увы, то чувство, что ценили столько лет,  
К науке приравняли и постели,  
И нелегко мне отыскать ответ.*

*Одни кричат: «Любовь живет 3 года!»  
Другие спорят - нет любви совсем!  
А третьи все твердят про химпроцессы,  
И что не чувство это вовсе, а болезнь...*

*А так-же существуют однолюбы,  
Что в горсть/радость едят хлеб вдвоем,  
Антагонисты им есть люди-Дон Жуаны,  
Охотники за телом и рублем.*

*Так кто-же сможет рассказать мне о любви?  
Как привести в систему всю науку?  
И даже книга Чепмена о языках любви,  
Не помогла дилемму сердца убаюкать.*

*Да нет системы, быть и не могло!  
Нельзя понять любовь по книгам и картинам,  
А лишь почувствовать её дано,  
Когда вдвоем становитесь единым.*

*Шуклин Евгений*



# ЧТО БЫ ВЫ ХОТЕЛИ ПОЛУЧИТЬ В ПОДАРОК НА НОВЫЙ ГОД?

Фото: Егорова Влада, Капустин Сергей

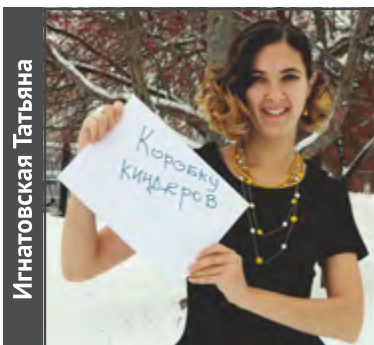
Брюханов Валерий



Головина Ульяна



Игнатовская Татьяна



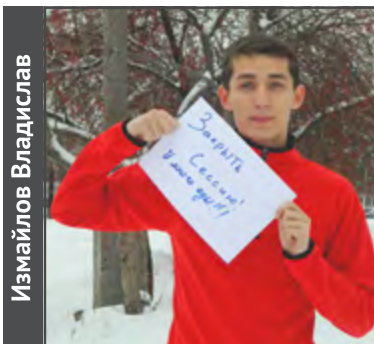
Голубовский Вячеслав



Курилкин Владимир



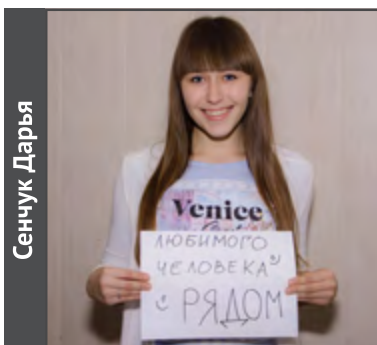
Измайлов Владислав



Люшненко Юлия



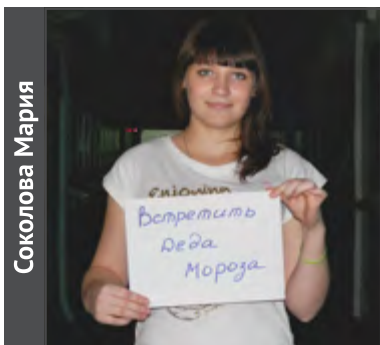
Сенчук Дарья



Перфильев Дмитрий



Соколова Мария



Старовойтова Анна



Щетинина Александра



РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:  
И.В. Огнев, Н.А. Белоусов

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:  
Анна Яткунас

ФОТО НА ОБЛОЖКЕ:  
Сергей Капустин

НА ОБЛОЖКЕ:  
Владимир Курилкин

ФОТОГРАФИИ:  
Фотоотдел СП  
Авторы статей

ЖУРНАЛИСТЫ:  
Зоя Бацунова, Елена Волкова, Константин Головач,  
Екатерина Жукова, Дана Красноянцева, Анастасия  
Кускова, Карина Печникова, Кристина Растягаева,  
Максим Сенин, Дарья Сенчук, Ирина Сорокина,  
Виталий Часовских, Александра Щетинина,  
Анна Яткунас

КОМПЬЮТЕРНЫЙ ДИЗАЙН И ВЕРСТКА:  
Роман Барсуков

ОТПЕЧАТАНО В ИПП "АЛТАЙ",  
Г. БАРНАУЛ, УЛ. КОРОЛЕНКО, 105  
ТЕЛ. (3852) 62-77-25  
ТИРАЖ 500 ЭКЗЕМПЛЯРОВ

NA-SKOVORODKE@MAIL.RU