

# Стуцёнка



СТУДЕНЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ СГУ  
сентябрь 2018



<b>АВТОРЫ</b> Дорогая редакция	<b>5</b>
<b>КАРТА МИРА</b> Приключения итальянца в России	<b>6</b>
<b>ПРОЧТЕНИЕ</b> Прочти это!	<b>9</b>
<b>СЕКUNДОМЕР</b> Около футбола	<b>12</b>
<b>ПУНКТИР</b> Ты ж географ!	<b>19</b>
<b>ТЕРРИТОРИЯ</b> Вкусно и без сахара	<b>22</b>
<b>МАГИСТРЫ</b> Обратная сторона туризма	<b>24</b>
<b>МАРШРУТЫ</b> Евротур	<b>26</b>
<b>ЛАБОРАТОРИЯ</b> Пункт назначения	<b>28</b>
<b>ПЛАН ДЕЙСТВИЙ</b> Этичная мода: мне это надо?	<b>40</b>
<b>ЭКСПЕРТ</b> Диагностика со скоростью света	<b>44</b>
<b>ФЕНОМЕН</b> Разочарованный космос	<b>48</b>



**ИНСТРУКТОР**  
И это а-а-автомобиль!

**65**





**РАЗЛИЧНОСТЬ**  
Глазами физика

**30**



**ОЧЕВИДЕЦ**  
На финал

**16**

**ИНСТРУКТОР**  
Пицца наша

**50**

**ХОББИ&ТЫ**  
Безмолвные солдаты

**53**

**ОПРОС**  
Очень умный рюкзак

**56**

**ЭКСПЕРИМЕНТ**  
Леттеринг без ошибок

**60**

**ЭКСПЕРТ**  
Докажи, что ты не фейк

**63**

**КАМПУС**  
Карта студгородка

**67**



## КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА



Привет!

Если мы пересекались с тобой на университетских мероприятиях или вместе пели под гитару в «Чардыме», то ты знаешь, что сейчас я напишу что-то мотивирующее. А если ты открыл наш журнал первый раз, давай знакомиться, ведь 1 Сентября – это всегда про новое и интересное.

Когда я поступила в СГУ, то с нетерпением ждала линейку, чтобы покрасоваться в новой юбке и познакомиться с одногруппниками. В итоге только замёрзла, ничего не увидела и не услышала, а ещё испугалась того, что все уже знают друг друга и ведут себя как настоящие акулы пера. Первый месяц я стеснялась того, что не ходила в Школу журналистики и не в курсе, как записать начитку и что такое стендап. Потом меня отпустило, во многом благодаря преподавателям и друзьям, которые постепенно появились.

Прошло 4 года, мы закончили учиться. Те ребята, что сначала казались невыносимыми выскочками, стали если не друзьями, то уж точно боевыми товарищами, на которых можно в переносном смысле положить в очереди в столовой, и в прямом – на скучной паре. Как-то у нас зашёл разговор о том, какими мы видели друг друга на 1 курсе. Оказалось, что в их глазах я была той самой зазнайкой, которая пришла на творческое испытание с самым тяжёлым портфолио с публикациями! Получается, мы все пытались друг другу что-то доказать, а потом просто сплотились во имя науки и подружились.

Поэтому я уверена, что начальное впечатление может быть обманчиво. И если вдруг 1 Сентября тебя почему-то разочарует, просто дай ему второй шанс. СГУ любит настойчивых. 📖

Александра Дьякова

# СГУщёнка

Координаторы проекта: Игорь Герикович Малинский, Елена Генриховна Елина.  
Кураторы проекта: Кирилл Андреевич Розанов, Татьяна Раульевна Хуснулина.  
Исполнительный директор: Лариса Александровна Суворова.

Главный редактор: Александра Андреевна Дьякова.  
Выпускающий редактор: Елена Кривицкая.

Дизайн и вёрстка: Эрик Шевченко.  
Корректор: Пётр Яшников.  
Обложка: фото Валерии Шугуриной. На фото: Микаил Мурадов, студент 4 курса Института истории и международных отношений.

Задняя обложка: Эрик Шевченко.

Координатор по внешнему сотрудничеству: Александра Головачёва.

Редакторы группы: София Соколова, Даниил Соколов.

Учредитель: ФГБОУ ВО «СГУ имени Н.Г. Чернышевского». Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Саратовской области. Свидетельство ПИ № ТУ 64-00513 от 9.04.2015.

Адрес редакции и издателя: 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, 83.

Фактический адрес редакции: 410012, г. Саратов, ул. Б. Казачья, 112а, VIII корпус СГУ, офис 18. E-mail: [sweetmilk@sgu.ru](mailto:sweetmilk@sgu.ru). Телефон/факс: (8452) 210-625.

Номер подготовлен на редакционно-издательской системе Центра СМИ СГУ. Журнал отпечатан в типографии ООО «КРОСС плюс», располагающейся по адресу: 410005, г. Саратов, ул. Астраханская, 87. Время подписания в печать: 22.08.2018 в 15:00. Заказ № 183-Т. Дата выхода в свет: 01.09.2018. Тираж: 1000 экземпляров. Журнал «СГУщёнка» распространяется бесплатно по внутриуниверситетской подписке среди студентов СГУ (подписаться можно, выслав заявку по адресу [sweetmilk@sgu.ru](mailto:sweetmilk@sgu.ru)). При перепечатке материалов ссылка на «СГУщёнку» обязательна. Точка зрения редакции чаще всего совпадает с точкой зрения, отражённой в публикациях. 34 выпуск. Сентябрь 2018 года.

# 12+



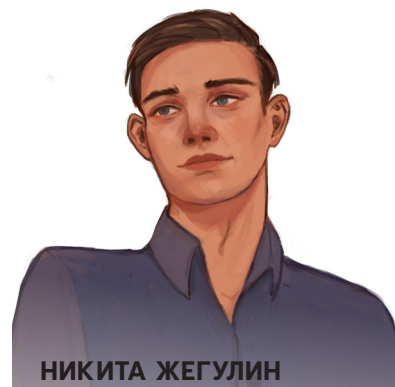
«СГУщёнка»  
ВКонтакте с тобой!

© «СГУщёнка»



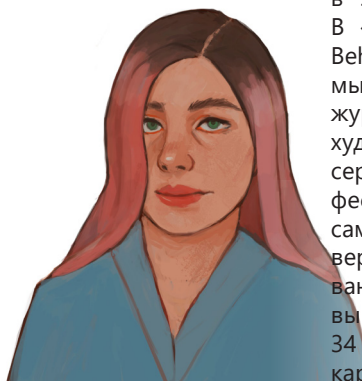
# ДОРОГАЯ РЕДАКЦИЯ

Иллюстрации: Мария Данилова



**НИКИТА ЖЕГУЛИН**  
Спортивный журналист

Журналистикой увлёкся из-за большой любви к футболу и желания быть в самом центре спортивных событий. Произошло это за год до поступления в университет. Первые шаги в медиа делал в «СГУщёнке»: в качестве корреспондента от редакции журнала попал на этап Чемпионата России по пляжному футболу-2016, который сыграл определяющую роль в его дальнейшей профессиональной судьбе. Именно там он познакомился с Артёмом Скачковым, который предложил ему работу в спортивном интернет-СМИ Sport-Sar.ru. Для этого выпуска Никита записал свои впечатления от поездки на финал Чемпионата мира по футболу.



**ЕЛЕНА ПИЦИК**  
Иллюстратор

Закончила факультет компьютерных наук и информационных технологий, в этом году поступила в аспирантуру. В «СГУщёнку» пришла благодаря сайту Behance, когда иллюстрации, создаваемые «для себя», нашёл и оценил дизайнер журнала. Любит рисовать, но отсутствие художественного образования считает серьёзным препятствием на пути к профессиональному уровню работ. Для неё самое сложное в иллюстрировании – завершить бесконечную цепочку заимствований у более опытных художников и выработать свой собственный стиль. Для 34 номера Лена нарисовала подробную карту студенческого городка.



**СОФИЯ СОКОЛОВА**  
Редактор группы ВКонтакте

С детства любила читать книги, а затем пересказывать их маме и анализировать. В школе обожала писать сочинения по литературе, превышая установленные нормы по объёму. Поступила в ИФиЖ и сразу стала контент-редактором группы «СГУщёнки». Для этого номера узнала у студентов СГУ о волонтерстве на ЧМ, а ещё составила обзор заведений города, в которых можно перекусить с пользой для здоровья.



**МАРИЯ ДАНИЛОВА**  
Иллюстратор

Всегда любила книги с красивыми картинками. Детство прошло, а интерес к книжной иллюстрации остался. Ещё в школе начала увлекаться дизайном и современной анимацией. В 13 лет иллюстрацию Маши напечатали в журнале. Это был рисунок в Paint – уточка в косынке. Считает художественное образование для иллюстратора приятным, но не обязательным бонусом. Для «СГУщёнки» Маша нарисовала портрет иностранного студента из Италии и оформила «Дорогую редакцию». 📖



**КИРИЛЛ КОЧЕТОВ**  
Игровой журналист

Первую компьютерную игру прошёл в 4 года. В 10 открыл для себя мир видеозаписей, смотрел их целыми сутками, читал «Игроманию» и менее известные тематические журналы. К 15 годам серьёзно увлёкся изучением западного сегмента «игрозоров», начал задумываться о написании статей и поступлении на журфак. Уверен, что игровая журналистика имеет огромный потенциал, хочет познакомиться как можно больше людей с геймерской медиакультурой. В этот номер подготовил топ игр с самыми известными «молчаливыми» персонажами.



# ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦА В РОССИИ



Его имя – Сальваторе Д Анджело, его родина – южная Италия, солнечный и привлекательный остров Сицилия, где пляжи, цветущие долины и апельсиновые рощи соседствуют с огнедышащим вулканом Этна, готовым испепелить всё вокруг. В 2018 году Сальваторе закончил факультет иностранных языков и лингводидактики СГУ по специальности учитель английского языка. В свободное время он читает книги, слушает музыку и путешествует. Покидать Россию не собирается. Читай, как итальянец впервые попробовал русскую окрошку, какие фильмы он любит и в чём различия людей из России и Италии.

Текст: Елена Сидорова

Иллюстрация: Мария Данилова

**– Почему ты решил приехать на обучение именно в Россию? Как выбрал Саратов?**

– Италия и Россия дружат с давних пор, плюс мне всегда была интересна культура вашей страны. Сначала я прожил несколько месяцев в Москве, но потом решил выбрать город с более спокойным ритмом жизни.

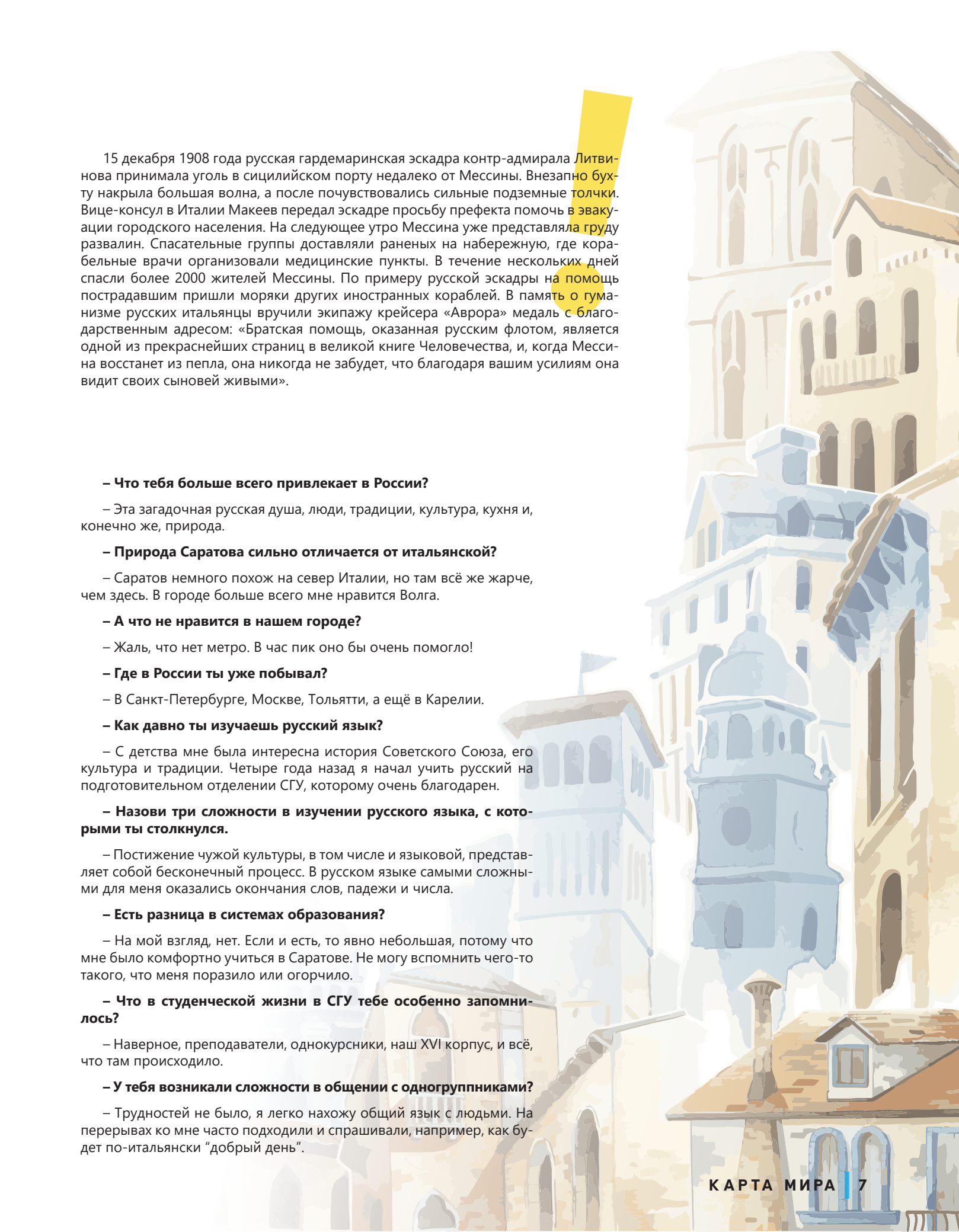
**– Сложно было оказаться одному в чужой стране?**

– Я легко знакомлюсь с людьми и быстро обзавёлся друзьями.

**– Расскажи немного об Италии.**

– Я родился на Сицилии, в городе Мессина. В 1908 году там было сильное землетрясение, и на помощь местному населению пришли русские моряки на крейсере «Аврора». Сейчас он находится в Санкт-Петербурге. А вырос я на севере Милана.



A stylized illustration of a city street scene. In the foreground, there's a building with a brown roof and a chimney. Behind it, a tall, light-colored building with many windows. In the background, a church tower with a blue dome and a spire. The scene is set in a warm, golden light, suggesting a sunset or sunrise. A yellow exclamation mark is placed over the text area.

15 декабря 1908 года русская гардемаринская эскадра контр-адмирала Литвинова принимала уголь в сицилийском порту недалеко от Мессины. Внезапно бухту накрыла большая волна, а после почувствовались сильные подземные толчки. Вице-консул в Италии Макеев передал эскадре просьбу префекта помочь в эвакуации городского населения. На следующее утро Мессина уже представляла груды развалин. Спасательные группы доставляли раненых на набережную, где корабельные врачи организовали медицинские пункты. В течение нескольких дней спасли более 2000 жителей Мессины. По примеру русской эскадры на помощь пострадавшим пришли моряки других иностранных кораблей. В память о гуманизме русских итальянцы вручили экипажу крейсера «Аврора» медаль с благодарственным адресом: «Братская помощь, оказанная русским флотом, является одной из прекраснейших страниц в великой книге Человечества, и, когда Мессина восстанет из пепла, она никогда не забудет, что благодаря вашим усилиям она видит своих сыновей живыми».

**– Что тебя больше всего привлекает в России?**

– Эта загадочная русская душа, люди, традиции, культура, кухня и, конечно же, природа.

**– Природа Саратова сильно отличается от итальянской?**

– Саратов немного похож на север Италии, но там всё же жарче, чем здесь. В городе больше всего мне нравится Волга.

**– А что не нравится в нашем городе?**

– Жаль, что нет метро. В час пик оно бы очень помогло!

**– Где в России ты уже побывал?**

– В Санкт-Петербурге, Москве, Тольятти, а ещё в Карелии.

**– Как давно ты изучаешь русский язык?**

– С детства мне была интересна история Советского Союза, его культура и традиции. Четыре года назад я начал учить русский на подготовительном отделении СГУ, которому очень благодарен.

**– Назови три сложности в изучении русского языка, с которыми ты столкнулся.**

– Постигание чужой культуры, в том числе и языковой, представляет собой бесконечный процесс. В русском языке самыми сложными для меня оказались окончания слов, падежи и числа.

**– Есть разница в системах образования?**

– На мой взгляд, нет. Если и есть, то явно небольшая, потому что мне было комфортно учиться в Саратове. Не могу вспомнить чего-то такого, что меня поразило или огорчило.

**– Что в студенческой жизни в СГУ тебе особенно запомнилось?**

– Наверное, преподаватели, однокурсники, наш XVI корпус, и всё, что там происходило.

**– У тебя возникали сложности в общении с одногруппниками?**

– Трудностей не было, я легко нахожу общий язык с людьми. На перерывах ко мне часто подходили и спрашивали, например, как будет по-итальянски “добрый день”.





**– Расскажи о дипломной работе. Чем собираешься заниматься в магистратуре?**

– Тема диплома – «Формирование лингвокультурной компетенции у школьников». В магистратуру пойду на гуманитарное направление, чтобы продолжить своё обучение по выбранному профилю.

**– После окончания магистратуры планируешь остаться в России или вернуться на родину?**

– Я хотел бы остаться здесь: надеюсь работать в школе, преподавать итальянский язык. Буду рад, если после этого интервью у меня появятся предложения по работе.

**– Что общего у россиян и итальянцев? В чём различия?**

– Мы очень похожи. Но в Италии люди больше жестикулируют, это факт очень бросился мне в глаза с первых дней пребывания в России.

**– О каких русских традициях ты узнал здесь?**

– О многих, но самой интересной мне кажется празднование Масленицы. Это всегда ярко, весело, «с размахом». Я смотрел много документальных фильмов о русском празднике окончания зимы.

**– Случались ли с тобой курьёзные ситуации из-за банального недопонимания?**

– Да, когда я только приехал в Россию, зашёл в столовую и заказал окрошку. Тогда я не знал, что её едят холодной, и попросил разогреть. Глаза продавщицы буду помнить ещё долго.

**– Тебе нравится смотреть наши фильмы, читать русские книги? Есть ли у тебя любимый поэт, прозаик? Что насчёт музыки?**

– Я люблю русское кино, особенно советское: «Бриллиантовая рука», «Ирония судьбы, или С лёгким паром», «Иван Васильевич меняет профессию». Это добрые, смешные и понятные фильмы. В литературе мне нравится Достоевский. На мой взгляд, многие итальянские писатели копируют его стиль. Слушаю русскую поп-музыку: странно было бы её не знать, ведь она звучит повсюду.

**– Есть что-то итальянское, по чему ты скучаешь в России?**

– Наверное, нет. Я считаю Россию своим вторым домом.

**– Как ты представлял нашу страну до приезда сюда?**

– Я думал, что лето здесь более прохладное. Оказалось, что температура примерно такая же, как на Сицилии.

**– Какие выводы о русском характере в целом ты можешь сделать?**

– Точно могу сказать, что русские люди очень дружелюбные, мне это нравится. Я понял, как бывают ошибочны стереотипы.

**– Что ты можешь пожелать иностранным студентам?**

– Учиться в России – уникальный позитивный опыт. Вы постигаете новый язык, культуру, знакомитесь с огромным количеством людей, узнаете их взгляды и мнения. Это очень интересно! Хочу выразить особую благодарность СГУ, Саратову, коллективу факультета иностранных языков и лингводидактики, а также управлению международного сотрудничества и интернационализации СГУ, они всегда помогали с любыми вопросами. 🇷🇺



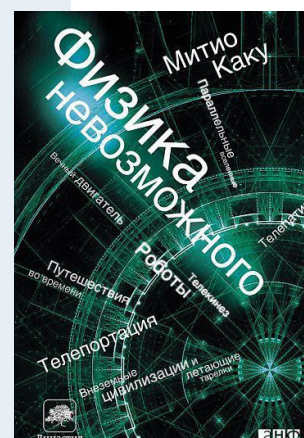
# ПРОЧИ ЭТО!

В подготовке «СГУщёнки» мы ориентируемся на успешные издания: подсматриваем темы, идеи для фотосессий, даже героев, а потом трансформируем их под свой собственный стиль. Это стандартная схема для придумывания чего-то нового в мире творчества, в котором, кажется, всё уже придумали до тебя. Мы решили открыть новую рубрику с книжными обзорами, взяв пример с журнала Esquire и портала «Батенька, да вы трансформер». Теперь «СГУщёнка» собирает свою библиотеку! А помогает нам в этом издательство «Альпина Паблицер», которое предоставляет нашим авторам книги для рецензий. В этот раз книжный научпоп протестировали на себе и физики, и лирики.

**Текст:** Софья Баранова, Лилия Хорошкина

**Фото:** Александра Дьякова

**Иллюстрация:** Елена Пицик



Книги предоставлены издательством «Альпина Паблицер»





**Лилия Хорошкина, студентка 2 курса Института филологии и журналистики**

*Иэн Стюарт «Математика космоса. Как современная наука расшифровывает Вселенную»*

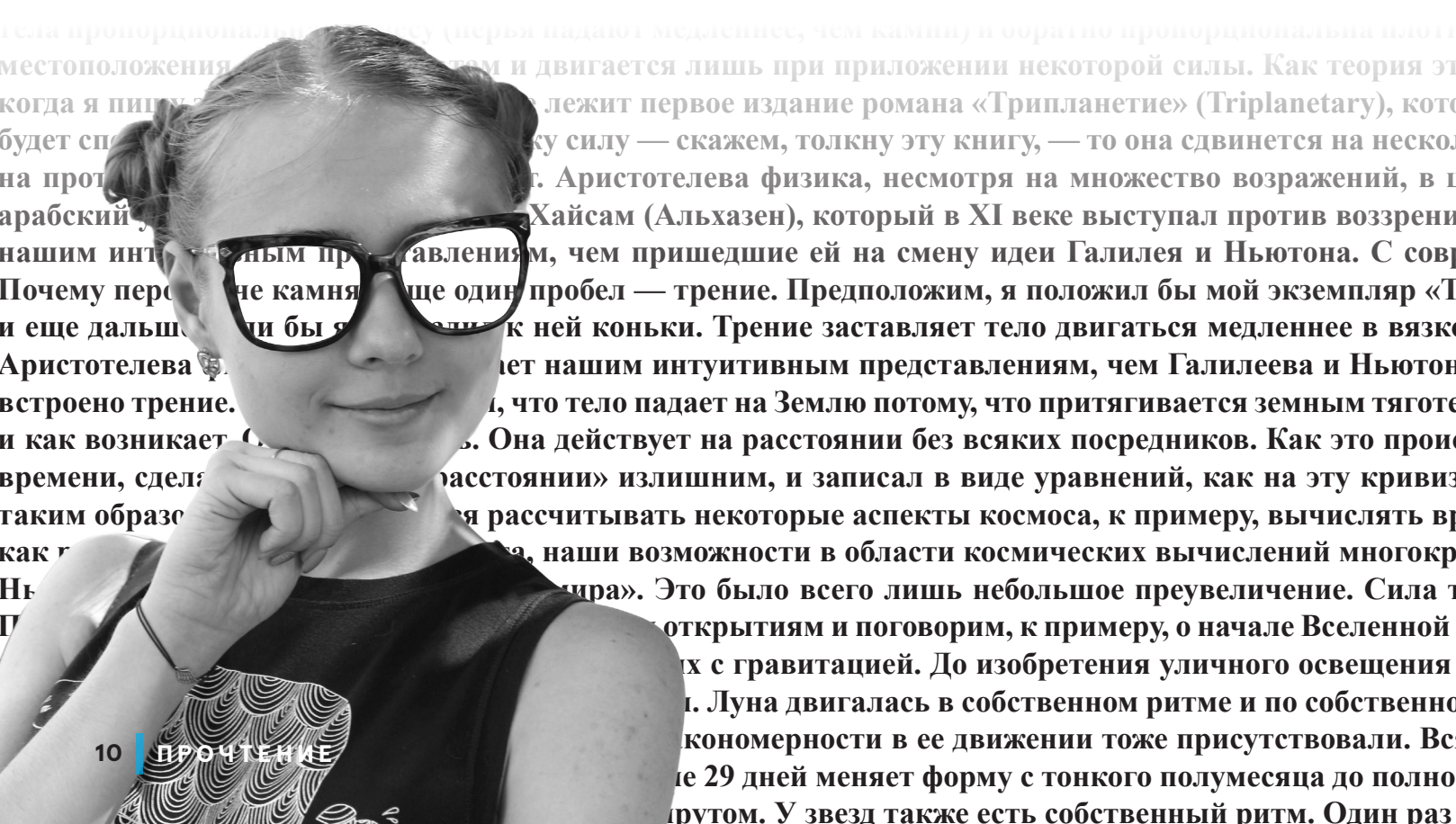
Если ты когда-нибудь задавался вопросом о том, что происходит за пределами нашей планеты, то тебе непременно нужно прочитать научно-популярную книгу британского математика Иэна Стюарта «Математика космоса. Как современная наука расшифровывает Вселенную». В ней простыми словами описываются взрывные явления и последовательно рассказываются истории научных открытий. В качестве доказательств теорий приводятся информация о проведённых математических расчётах и множество диаграмм и рисунков, которые помогают разобраться в том, как и что работает. Например, 11 глава «Громадные огненные шары» начинается с истории открытия спектроскопа и продолжается описанием научных достижений в области звёзд, где значительную часть занимают математические вычисления. Несмотря на это, читать будет несложно, потому что рассказ идёт по порядку. Здесь ты сможешь узнать о пятнах на Солнце и его истории.

Книга, в первую очередь, будет интересна людям, которые только начинают своё знакомство с миром науки. Потому что Иэн Стюарт приводит «железные» аргументы в пользу необходимости математики, физики и химии для жизни современного человека, так что любой гуманитарий наконец осознает, почему его в школе мучили, как ему казалось, ненужными предметами. Чтобы читатель понимал, о чём вообще идёт речь, для него вначале приводятся взгляды знаменитых учёных на основные затрагиваемые вопросы,

термины и законы, на которых построена вообще вся книга. Поэтому если ты не очень уверен в своих познаниях в научной области, не бойся, всё объяснят. Например, расскажут, почему нет ничего быстрее света по версии Эйнштейна, и как Эратосфен измерял Землю при помощи геометрии.

Из книги ты узнаешь, как начался процесс покорения космоса, и зачем вообще это нужно, как образовалась Солнечная система, почему нужно использовать хаос в планировании межпланетарных перелётов, как работает самый быстрый космический аппарат, а также что такое Мультивселенная, и какие у неё есть виды. Тыполнишь свои знания о небесных телах: происхождении их названий, законах планетарного движения, узнаешь о том, как Луна стала спутником Земли, и что бы произошло, если бы её не было. Ко всему прочему, тебе расскажут множество интересных и познавательных историй. Например, ты поймёшь, в чём нас обманывают научно-фантастические фильмы, прочитаешь истории Урана, Сатурна и его «ушей», а также рассуждения о том, как выглядит Вселенная и насколько она велика, как работают чёрные дыры. Об исчезновении динозавров, инопланетянах и возможностях жизни на других планетах Солнечной системы Иэн Стюарт тоже рассказывает.

Если ты понял, что хочешь поближе познакомиться со Вселенной и узнать, как делают свои открытия учёные, то читай «Математику космоса. Как современная наука расшифровывает Вселенную». И даже если ты давно не новичок в науке, а сам – будущий или даже настоящий исследователь, то и тебе будет полезно взглянуть на мир космоса под другим, научно-популярным, углом.





**Софья Баранова, студентка 2 курса факультета  
нано- и биомедицинских технологий**

*Митио Каку «Физика невозможного»*

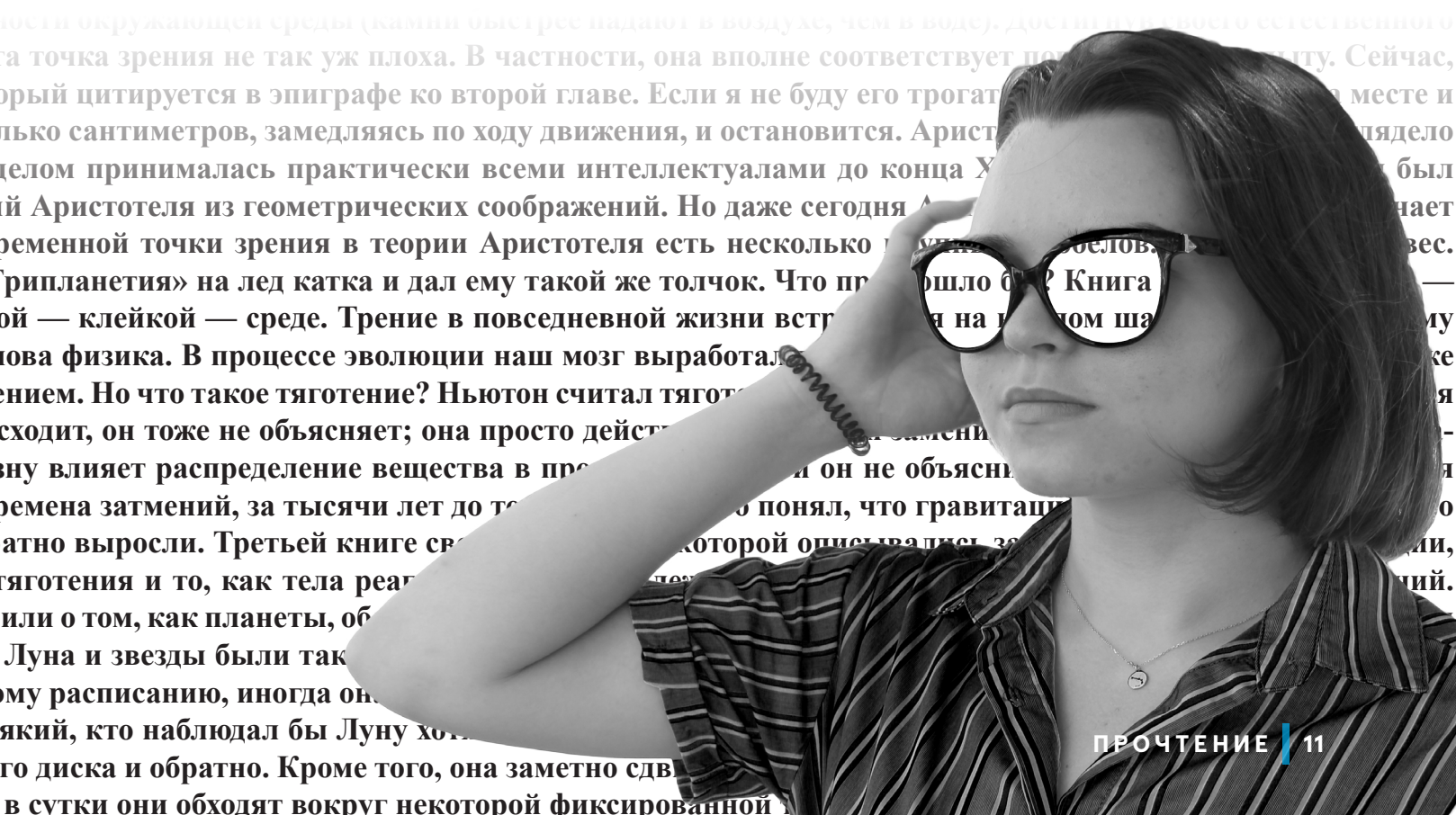
Какие самые смелые мечты и прогнозы писателей-фантастов могут сбыться у нас на глазах? Что такого скрывали от нас учителя физики, и о чём умалчивали учебники этой точной науки? Спешу тебя огорчить: книга «Физика невозможного» Митио Каку, популяризатора науки и всемирно известного футуриста, не даёт все ответы сразу. Наоборот, она «задаёт» ряд новых вопросов и заставляет заявить: «Я ничего не смыслю в физике». Можно ли сделать из этого вывод, что труд Митио Каку не достиг своей цели? Вовсе нет. После прочтения ты будешь думать о теории струн, солнечных парусах, тесте Тьюринга, законе Мура... И спасибо за это замечательному Митио Каку!

Призываю тебя не погружаться в эту книгу с головой. Потому что, если протянешь к ней руки, будь готов к попаданию в невероятный круговорот идей, теорий, мнений, исторических фактов и путешествий по галактике. Переходя от строки к строке, читатель перемещается в пространстве и времени вместе с героями произведений Герберта Уэльса, персонажами «Звёздных войн» и одной из величайших научно-фантастических эпопей «Основание» Айзека Азимова. Но этот вихрь не может не иметь структуры. Автор разделяет все возможные невозможности на три категории: невозможности I класса – это телепатия, невидимость, телепортация, телекинез. Они могут быть реализованы учёными уже в нашем столетии. Путешествия во времени вошли в ряд невозможностей II класса. В этот список были внесены ещё путешествия в параллельные вселенные. И, наконец, III класс: изобретение вечного двигателя и способность человека к предвидению будущего.

Задача, которую поставил перед собой Митио Каку, необъятна и чрезвычайно сложна. Автор должен разобрататься с причинами столь далёких и близких перспектив реализации невероятного. Как объяснить простому смертному, не прибегая к заумным размышлениям, почему люди ещё не могут телепортироваться в любую точку мира? Почему человек не в состоянии одной лишь силой мысли согнуть ложку? Или как должны выглядеть инопланетяне, согласно законам физики? Митио Каку идёт путём, знакомым каждому учёному, выступающему перед публикой: переходит на аналогии, приведение простых примеров и включение интересных фактов. По ходу повествования автор сначала обращается к художественной литературе, затем к теоретическим описаниям и в конце главы даёт развёрнутый ответ на вопрос «почему же...».

Главная особенность книги – простота. Даже если всё, что ты усвоил из школьной программы по физике, тянет на слабую «четвёрку», тебе будет понятна суть и основа полученной информации. Конечно же, вдвойне интересно «Физику невозможного» будет прочитать тем, кто хочет связать или уже связал свою профессию с этой наукой. Книга даёт понимание, что такое физика, и как она работает рядом с нами и в нас самих.

Не это ли самое главное: осознать, что ты являешься частью масштабного проекта под названием жизнь? На нашем веку могут произойти открытия глобальной, вселенской значимости, а мы всё ещё думаем, что только наша планета пригодна для жизни. Нам следует научиться понимать природу физики и физику природы. И Митио Каку своей книгой «Физика невозможного» даёт нам шанс это сделать. Может быть, кто-то после прочтения сумеет решить проблему, которая мешает науке двигаться дальше? С пониманием зарождается развитие, не так ли? 📖



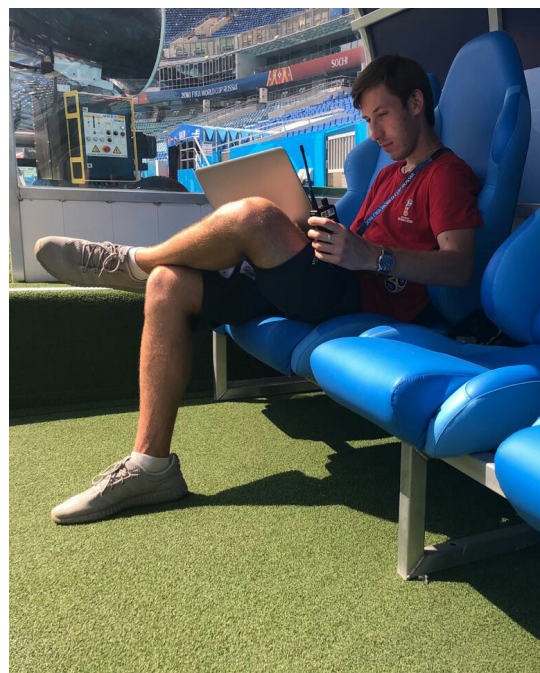


# ОКОЛО ФУТБОЛА

Летние, жаркие, твои – это о матчах Чемпионата мира по футболу. Первый мундиаль на постсоветском пространстве затронул 11 городов. Во многом ЧМ прошёл на таком высоком уровне благодаря добровольцам – тем, кто координировал, переводил, организовывал – в общем, делал важное для страны и мира спортивное мероприятие удобным, безопасным и интересным. Всего команда волонтёров насчитывала около 15000 человек, среди которых – студенты СГУ. О том, как выглядел Чемпионат мира по футболу глазами добровольцев, рассказываем в «СГУщёнке».

Текст: София Соколова

Фото: личные архивы героев



**Егор Свечников, магистрант 2 курса механико-математического факультета:**

«Я стал заниматься волонтерской деятельностью в 2013 году, когда поехал на молодежный форум «Селигер». С этого момента началась моя жизнь в качестве добровольца. «Селигер-2013», «Селигер-2014», Чемпионат мира по водным видам спорта в Казани, Олимпийские игры в Бразилии, Формула-1 в Сочи, Фестиваль молодежи и студентов, Форум «Доброволец России-2017» – мне посчастливилось помочь в организации всех этих грандиозных мероприятий. В этот раз поступило предложение быть волонтером на ЧМ-2018 и работать там по специальности: прокладывать и тестировать сеть, помогать с протяжкой силового оборудования, настройкой каналов связи, частично работать со СМИ и комментаторами. Конечно, меня привлекли новые знакомства и намечавшаяся встреча со старыми друзьями, с которыми я регулярно пересекаюсь на разных проектах. Здорово, что у меня есть эти люди – в день рождения, например, меня поздравляют из разных уголков планеты. В Сочи каждый день был наполнен интересными эпизодами. Я общался с бельгийцами и панамцами, видел слезы Криштиану Роналду в 1/8 финала, эмоции Эдинсона Кавани. Из запомнившихся случаев вне трибун и стадионов – поцелуй с журналисткой одного из испанских каналов».





**Микаил Мурадов, студент 4 курса Института истории и международных отношений:**

«Если говорить об отправной точке, старте деятельности в качестве волонтера, то это май 2016 года, когда я был волонтером на ежегодной акции “Ночь в музее”. На Чемпионат мира поехал, потому что понимал его значимость. ЧМ – не просто спортивное мероприятие, это праздник футбола, который открывает возможность знакомства с самыми разными людьми со всей планеты. Чемпионат – это ещё и положительные эмоции, которые передаются буквально по воздуху, заряжая каждого хорошим настроением.

Отбор проходил в несколько этапов. Сначала присылают тест, чтобы оценить уровень знаний по иностранному языку. Потом следует собеседование по скайпу. Из-за него я нервничал больше всего. Почему? Первый этап ты проходишь один: сидишь себе, отвечаешь на вопросы, спокойно пишешь. Все твои силы собраны воедино, ты будто сдаёшь обычный модуль. А собеседование – это как приём на работу – очень волнительно. Во время второго этапа сильно давит мысль, что я могу произвести впечатление неорганизованного, ненадёжного человека. А ведь от этого собеседования зависело окончательное решение по участию в ЧМ.

Сейчас, конечно, немного грустно, что всё это прошло. Однако я доволен результатом и своей работой. Могу отметить приветливость гостей стадиона и фанатов футбола. Их вежливость и понимание сложности волонтерской работы. Запомнилась песня, которую наши тим-лидеры сочинили специально к Чемпионату мира. Мы танцевали под неё перед каждым матчем, чтобы взбодриться и получить заряд позитива. Это стало своего рода традицией. Также в моей памяти останется довольно интересный случай, который произошёл в полуфинале, после матча Франция – Бельгия. Все к этому времени уже знали о японских фанатах, которые наводили порядок на трибунах после каждой игры сборной. Тогда же стал набирать обороты флэшмоб по уборке стадионов в России. Слышать и читать о таком – это одно. А видеть своими глазами – совсем другое. Так вот, двое болельщиков после матча убирали с трибун различного рода мусор, не прося ни у кого помощи. Если честно, это поразило. Надеюсь, многие волонтеры, как и я, поблагодарили их. Мне кажется, что сам по себе Чемпионат мира – это одно огромное интересное событие. Думаю, он привнес много нового в жизнь каждого волонтера».

**Никита Чижов, выпускник факультета nano- и биомедицинских технологий:**

«Чемпионат мира по футболу – одно из самых грандиозных событий, ведь футбол пользуется большой популярностью по всей планете. Я стараюсь не упускать возможность поучаствовать в мероприятиях такого уровня, тем более в России. Это бесценный опыт, практика языка, знакомства с новыми людьми со всего мира. Футбол с самого детства мой любимый вид спорта, ещё и по этой причине мне захотелось стать частью ЧМ. Именно там я испытал непередаваемые эмоции. Все болельщики были очень дружелюбными и общительными, что значительно упрощало нашу работу».







**Анна Кисельникова, студентка 4 курса факультета иностранных языков и лингводидактики:**

«В добровольческих организациях я не состояла, но меня всегда привлекала волонтерская деятельность. Мой первый опыт такого рода был на ВФМС в Сочи. В тот момент я ощутила себя частичкой чего-то грандиозного и поняла, что не хочу на этом останавливаться. Чемпионат мира по футболу – событие, за которым следит весь мир, и, на мой взгляд, это невероятно интересно – быть частью команды, которая делает всё для того, чтобы ЧМ прошёл на высшем уровне! Я безумно рада, что смогла узнать весь процесс проведения Чемпионата изнутри и прочувствовать атмосферу настоящего футбола.

Моё собеседование прошло очень легко. Я рассказала о себе, своей деятельности и личностных качествах, а спустя некоторое время получила на почту письмо с поздравлением, что я в команде волонтеров ЧМ-2018. Конечно же, я испытала колоссальные эмоции! Невозможно было не погрузиться в футбол: повсюду шли трансляции матчей, улицы были переполнены болельщиками, поющими гимн ЧМ и скандирующими кричалки своих команд. Это ощущение невероятно заряжало! Я открыла для себя настоящий футбол и полюбила этот вид спорта. Не могу не отметить людей, с которыми я познакомилась. Это огромное количество интересных и разносторонних ребят. Ещё нам очень повезло с менеджерами, ведь благодаря им мы все с радостью спешили на смены. И, конечно же, я безумно полюбила “Казань-Арену”. За этот месяц выучила все входы и выходы, все hospitality и vip-ложи, и могу сказать, что для меня этот стадион на какое-то время стал вторым домом!»

**Никита Власов, выпускник физического факультета:**

«Волонтерством, как особым направлением, я никогда не занимался, присутствовал только на передаче огня Паралимпийских игр у нас в городе. Когда подавал заявку на ЧМ, особо не думал, зачем и почему, осознавал только весь масштаб. Ближе к дате проведения уже понял все плюсы мероприятия: новые знакомства, в том числе с иностранцами, возможность подтянуть язык и посмотреть на самый европейский город России – Калининград. Отбор проводился около полугода с помощью тестов, собеседований, звонков. Особо ничего сложного не было, нужны были лишь знание английского и подходящие личные качества. Вообще, я не думал, что всё сложится именно так. Ехал просто приобрести какой-то опыт, а в итоге оказался в почти семейной атмосфере. Это было нереально круто. Поездка превзошла все ожидания: уезжали все со слезами на глазах. Очень тяжело было расставаться с этой атмосферой и людьми, к которым привык за три недели».





**Георгий Болотов, председатель Объединённого совета обучающихся СГУ:**

«Волонтерством я занимаюсь уже около 10 лет в различных форматах. Чемпионат мира по футболу – это не первое большое событие, частью которого мне посчастливилось быть. Любая работа на таком мероприятии заставляет тратить много сил и эмоций для того, чтобы всё было организовано качественно. Сложно взаимодействовать со зрителями, потому что поток людей большой, болельщики бывают разные. Не каждый из них может спокойно принять поражение своей команды. Бывают стрессовые ситуации, но хочу отметить, что наши ребята – молодцы, со всем отлично справлялись. Погодные условия также иногда усложняли работу. В Санкт-Петербурге шли дожди, было прохладно, но волонтеры делали своё дело. Пройти отбор на такое мероприятие несложно, а вот выполнять необходимые задания... Тут всё зависит от человека. Конечно, стоит пройти все испытания ради эмоций и опыта, которые получишь в итоге. Но это очень волнительно. Лично мне хотелось больше работать, поэтому попросил, чтобы мне дали две функции: то есть помимо руководства волонтерами, я ещё принимал участие в предматчевых церемониях. Сами болельщики очень открытые и дружелюбные. Когда они видят волонтера – стараются поддержать, подбодрить. Одна из ярких традиций таких событий – обмен значками. Я их тоже собираю».



**Эвелина Магамедова, выпускница факультета иностранных языков и лингводидактики:**

«Добровольческой деятельностью я занимаюсь с 2013 года. Всё началось с акции “Капелька тепла”, организованной СГУ. Я работала на событиях своего факультета и университета, на городских мероприятиях, а также на ГТРК “Саратов”, но при этом не состояла и не состою ни в одной волонтерской организации. Я решила поехать на ЧМ-2018 по футболу, потому что мне хотелось стать частью этого масштабного события, где я смогу прокачать свои навыки как волонтер, а также с удовольствием для себя и пользой для других поговорить на английском и испанском. И, конечно, найти новых друзей. Я вовсе не случайно выбрала функцию волонтера медиа, ведь там было необходимо владеть минимум английским. Как преподавателю иностранного языка, мне было важно, чтобы волонтерство было связано с основной профессией. Я понимала, что моя работа будет динамичной и многозадачной, что тоже привлекало».

Чтобы попасть на чемпионат, я зарегистрировалась на портале. Затем мне на почту пришло письмо с приглашением на интервью по скайпу. Можно было подобрать оптимальное для себя время. Очень удобно! Сначала интервью было на русском, затем на английском языке. Мне задавали общие вопросы о том, где я учусь, есть ли у меня хобби, чем занимаюсь, где работаю, интересовались, почему я хочу поехать на чемпионат и что знаю о футболе. В начале интервью присутствовало лёгкое волнение, но затем отступило. Не могу сказать, что мне было сложно».

Больше всего запомнился мой день рождения, в этот день сборная России встретилась со сборной Египта, одержав победу. Тогда я участвовала в предматчевой церемонии, где выносила флаг нашей страны. А ещё меня впечатлили эмоции болельщиков во время матча, когда я работала на медиа-трибуне. Тогда я поняла, что чемпионат – это действительно не только соревнование, но и праздник, объединяющий весь мир. Из интересных случаев: я сфотографировалась с футболистом Неймаром, когда Коутинью забил гол, а все рванули его поздравлять. Правда, меня на этой фотографии едва можно разглядеть».







# НА ФИНАЛ

Летом все социальные сети были переполнены фото и видео с Чемпионата мира по футболу. И если одни рассказывали о трудностях и радостях волонтерства, то другие делились впечатлениями от пребывания на ЧМ в качестве болельщиков. Спортивный журналист, студент 3 курса Института филологии и журналистики Никита Жегулин побывал на финальном матче Хорватия – Франция, спел «Hrvatska, Ole-Ole!» и «Allez les Bleus!», промок под дождем на Воробьевых горах и теперь делится с тобой впечатлениями.

**Текст:** Никита Жегулин

**Фото:** Георгий Казаков

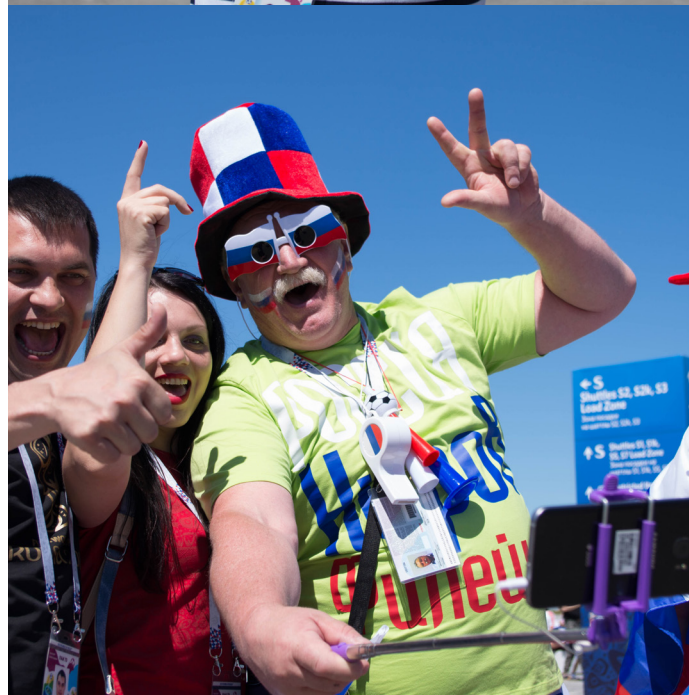
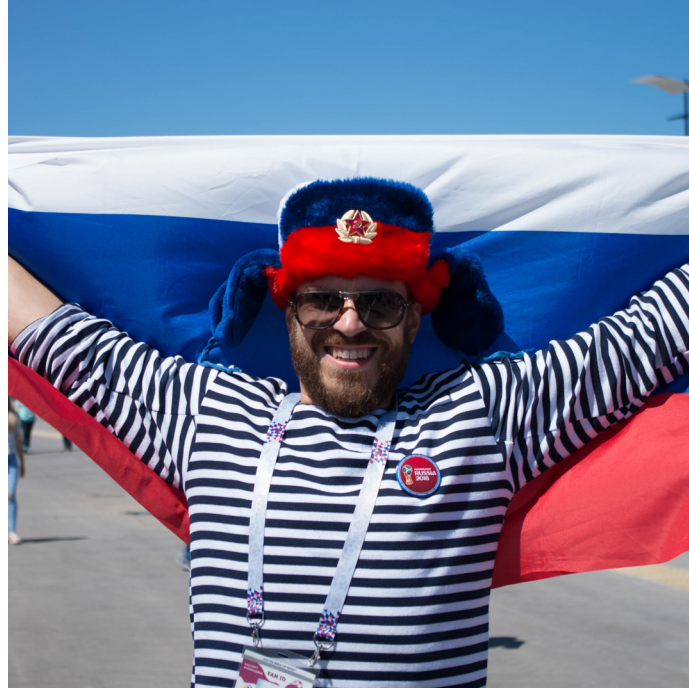


Начать рассказ о своей поездке в Москву на финал Чемпионата мира хотел бы с небольшой, но важной, на мой взгляд, предыстории. Два прошлых крупных футбольных турнира – Чемпионат Европы-2016 и Кубок Конфедераций-2017 – не оставили восторга и ощущения спортивного праздника. И не только из-за печального выступления сборной России – к этому с 2008-го я уже почти привык. Мне очень не хватало атмосферы большого футбольного форума: весёлых толп болельщиков, которые поют, кричат и «братаются» с другими фанатами. И если в случае с ЧЕ почувствовать всё это было сложно из-за того, что он проходил во Франции, то домашний Кубок Конфедераций вообще таким не ощущался. Поэтому очень хотелось, чтобы Чемпионат мира «отыгрался» в плане эмоций за два предыдущих года. И поездка на финал, в кульминационный момент турнира, почти в самый эпицентр – на фан-зону на Воробьёвых горах – виделась мне лучшим способом почувствовать атмосферу ЧМ.

Однако получилось несколько иначе, чему я даже больше рад. Эмоции Чемпионата захлестнули с первого же матча, в котором наша сборная разгромила Саудовскую Аравию. Инстаграм был забит видео с поющими и пляшущими фанатами со всего мира. Легенды футбола тоже были здесь, болели за свои страны и восторгалась Россией. Чемпионат мира сразу же приобрёл атмосферу праздника, которую я так ждал. Месяц пролетел почти незаметно, а апогеем эмоционального напряжения и выплеска эмоций стал, конечно же, матч Россия – Хорватия в 1/4: фантастический гол Черышева, овертайм, гол Виды и, казалось, потеря всех шансов на полуфинал, чудо в лице Дзагоева и Марио Фернандеса, пенальти, слёзы Дзюбы и тысячи, миллионов болельщиков... После такого выступления сборной России я уже не хотел и не мог болеть ни за какую другую команду на этом мундиале. А потому на финал я ехал, чтобы просто насладиться прекрасным футболом и понаблюдать за хорватскими и французскими болельщиками.

И вот наступило 15 июля. После 14 часов поездки на автобусе я был в Москве. Выйдя из метро на площади Революции, почти сразу услышал отдалённое пение и кричалки. Решил ориентироваться по звуку и вскоре вышел на Манежную площадь. Она была заполнена хорватами! Почти все они – в форме своей сборной разных лет, и уж точно все в прекрасном настроении. Но их перформанс заключался не только в песнях – хорваты растянули огромный флаг-шаховицу. Ещё немного похаживая по Красной площади, я двинулся к другому фанатскому «чекпойнту» – Никольской улице. По дороге мне встречались люди из многих стран: Бразилии, Аргентины, Мексики, Австралии, Германии, Японии и других. Но почти не попадались французы! Это несколько удивило меня. «Наверное, они на Никольской собрались», — подумал я. Ан нет. Даже на главной фанатской улице российского мундиала тотально доминировали хорваты. В начале, середине и конце Никольской они собирались в большие группы и пели, пили и веселились. Их дружное и громогласное «Hrvatska, Ole-Ole!» мне точно запомнятся надолго. Французы же будто растворились в этом красно-белом шашечном море, они ходили маленькими компаниями и совсем не пели.

Пришло время отправляться в фан-зону. Но перед этим я решил поехать к «Лужникам», которые постепенно заполнялись зрителями. В вагоне метро меня «сопровождала» ещё одна компания хорватских фанатов. Они и здесь пели и скандировали кричалки. Приятно было видеть, что наши люди на их шумное поведение реагируют хорошо: улыбаются, снимают на видео. А когда хорваты зарядили «Россия, спасибо!», стало ещё приятнее. Гости с Балкан были вознаграждены аплодисментами всего вагона. У «Лужников» и на подходе к ним – всё то же интернациональное буйство и







предвкушение грандиозного финала. И снова численное превосходство хорватов! И снова зычное «Hrvatska, Ole-Ole», причём на этот раз я не удержался и подпел. Но у стадиона я гулял недолго – время поджмало. Благо до фан-зоны от «Лужников» рукой подать, и минут через 15 я уже был на Воробьёвых горах.

На площади перед главным и двумя дополнительными мониторами десятки тысяч человек. Наконец-то вижу группу французских фанатов: поют, машут флагами и, несомненно, ждут победы своей команды. А вот хорватов не видно. Хотя в такой толпе разглядеть кого-то очень сложно. Будь рядом со мной компания бодрых ребят, одетых в «шашечку», я, может, и присоединился бы к ним, поболел бы за Хорватию – уж больно заразительно они поют. Но их не было, и я для себя решил, впрочем, заранее, что мои симпатии всё же на стороне Франции.

И вот начало матча. Церемония закрытия, восторженный рёв толпы при виде заветного кубка мира, кофр с которым открыли легендарный футболист Филипп Лам и супермодель Наталья Водянова. Ещё один восторженный рёв при появлении на экране не менее легендарного бразильского «волшебника» Роналдиньо. А за несколько секунд до стартового свистка – затишье, которое сменилось всеобщим ликованием, как только таймер начал свой отсчёт 90 минут. Рядом со мной стояли парни из Кот-д'Ивуара. Один из них периодически заводил «Allez les Bleus!», что получалось у него весьма забавно, на мой взгляд. В целом же казалось, что большая часть людей в фан-зоне просто наслаждалась финалом и красивым футболом, поскольку на голы хорватов и французів толпа реагировала почти одинаково громко. Пересказывать события матча, думаю, не стоит – ты и сам всё прекрасно помнишь. В конце матча французские болельщики, к которым я подошёл чуть ближе в перерыве, стали отсчитывать оставшиеся секунды. И когда время истекло, а «Les Bleus» официально стали чемпионами, фанаты возликовали, начали петь и танцевать. Вокруг них тут же образовалась толпа из операторов телеканалов и обычных людей с камерами.

Паузу до награждения победителей и призёров заполнил диджей, под треки которого французы продолжали праздновать, а тысячи других людей просто отрывались. С началом церемонии над фан-зоной пошёл дождь: сначала небольшой, но с каждой минутой он становился всё сильнее. Я понимал, что пора бы идти к выходу, но уж очень сильно хотелось увидеть, как футболисты сборной Франции поднимают кубок над головой, именно в фан-зоне. А дождь становился всё сильнее и сильнее. Хорошо, что рядом оказалась компания парней, под зонтом которых я смог хоть немного укрыться от ливня. Но вот наконец Льорис поднимает кубок, французы ликуют, а я быстрее иду к выходу, шлёпая по настоящим рекам, которые текут в фан-зоне. Чуть позже от волонтеров узнал, что две ближайшие станции метро закрыты, и придётся идти минут 20-30 до «Академической».

Нет худа без добра. На этом пути я встретил компанию из пяти человек: два русских парня и девушка и два аргентинца. С одним из аргентинцев, Себастьяном, у нас завязался разговор. И это несмотря на плохое владение английским и с моей, и с его стороны! По дороге мы успели поговорить про финал и мундиаль в целом, про сборную Аргентины и Россию. Себастьян был очарован нашей страной и говорил, что хочет приехать к нам зимой, чтобы испытать себя «суровыми русскими холодами». За этими разговорами как-то незаметно и прошло время в пути до метро. Поездка на финал однозначно удалась, хотя полного осознания причастности к нему у меня и не было – очень уж быстро всё произошло. Но этот день точно останется у меня в памяти на долгие годы. 🇫🇷



# ТЫ Ж ГЕОГРАФ!

Называть сходу столицу Уганды или Ботсваны, разводить костёр с одной спички и уметь месяц питаться только тушённой и сгущённой – таких «суперспособностей» многие ждут от тех, кто связан с географическим факультетом. Мы не верим в стереотипы, поэтому попросили географов СГУ рассказать о себе подробнее.

**Запись:** Александра Дьякова

**Фото:** автора

**Если понедельник день тяжёлый**, то во многом благодаря первой паре у ректора на 1 курсе.

**Послушай старших и сделай наоборот!** Именно такому правилу чаще всего следуют ребята, переходя на 2 – 3 курс. Для первокурсника слова «старичков» кажутся гораздо страшнее, чем есть на самом деле. Да и кто сказал, что у преподавателей не бывает хорошего настроения или новых способов обучения?

**Заведи полезные знакомства** со старшекурсниками. Дружба с ними обеспечит тебе ответы на экзамены и тесты.

**Студенты делятся на два типа.** Первые усердно работают каждый день и получают автоматы по зачётам и экзаменам. Вторые ничегошеньки не делают до дня Х. Даже не знаю, какой тип студента выигрывает в вопросах учёбы!

**Найти стул в коридоре корпуса** – роскошь для студента! Для преподавателей всегда становится шоком, когда они видят некоторых моих одногруппников сидящими на полу в полуспящем состоянии. Но только не для тех, кто знает, что предыдущая ночь этих бедолаг прошла в подготовке к расплате по долгам.

**Лето – время романтики, веселья с друзьями и ...учёбы.** Это подтвердит любой географ, геолог и биолог, ведь для нас три летних месяца означают полевую практику. И это, наверное, лучшее время за весь период обучения. Ты в любимой команде проводишь время на природе, узнаёшь ребят совсем с другой стороны, особенно если это путешествие за границы нашей области.

**Одна булочка способна прокормить всю группу.** Нет, это не шутка. Когда все голодные после пары без перерыва, а у тебя есть еда, готовься делить её со своими друзьями. Сразу вспоминаются рассказы про дефицитную когда-то жвачку.

**Говори уверенно всё, что думаешь**, главное, не выдавай своё незнание в ответе на экзамене. Этот совет дал мне один преподаватель. Подвешенный язык очень спасает как в учёбе, так и в обычной жизни.

**Влиться в студенческую жизнь** – с самого начала было важным пунктом в моём листе обязательных дел, когда я только поступила. Верных друзей и соратников ты точно найдёшь в одном из студенческих сообществ, а, возможно, и в себе откроешь много новенького.

“ ГОВОРИ УВЕРЕННО ВСЁ, ЧТО ДУМАЕШЬ, ГЛАВНОЕ, НЕ ВЫДАВАЙ СВОЁ НЕЗНАНИЕ В ОТВЕТЕ НА ЭКЗАМЕНЕ. ЭТОТ СОВЕТ ДАЛ МНЕ ОДИН ПРЕПОДАВАТЕЛЬ. ПОДВЕШЕННЫЙ ЯЗЫК ОЧЕНЬ СПАСАЕТ КАК В УЧЁБЕ, ТАК И В ОБЫЧНОЙ ЖИЗНИ ”

ЮЛИЯ КАРТАШОВА, СТУДЕНТКА  
4 КУРСА ГЕОГРАФИЧЕСКОГО  
ФАКУЛЬТЕТА





“**ВСТУПАЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ  
В СПОР ПО ПОВОДУ ИЗУЧАЕМОЙ  
ТЕМЫ, НЕ ЗАБЫВАЙ, ЧТО И СЕССИЯ  
НЕ ЗА ГОРАМИ**”

**ЯРОСЛАВ КРЕСИН, СТУДЕНТ  
4 КУРСА ГЕОГРАФИЧЕСКОГО  
ФАКУЛЬТЕТА**



**Студенты – страшная сила.** Только они могут в течение семестра заниматься посторонними делами, а не учёбой, и в конце сдать всё на положительные отметки без «хвостов».

**Во время экзамена случается такое,** что забывается пройденный материал. Зато после короткого «не сдал» в памяти восстанавливаются не только знания по предмету, но и прошлогодние смежные с ним дисциплины.

**Сон – ценность студента.** Осознать, что это состояние для человека очень важно, можно лишь придя на лекцию в понедельник к первой паре.

**Вступая с преподавателем в спор** по поводу изучаемой темы, не забывай, что и сессия не за горами.

**Студент – это постоянно не выспавшийся человек,** получающий знания, но при этом живущий на 2000 рублей в месяц.

**Ничто так не печалит глаз,** как открытый перед сессией БАРС. Почти стихи, кстати.

**На самом деле, очень интересно учиться,** получать новые знания, которые ты применишь в будущем. Но свободу действий в вечер пятницы никто не отменял.

**Преподаватели тоже когда-то были студентами.** Порой, когда сидишь на паре, мысленно представляешь, как этот серьёзный человек в костюме когда-то так же не спал всю ночь, готовя шпаргалки на предстоящий экзамен.

**Самое лучшее качество в преподавателях,** помимо того, что они многое знают, это чувство юмора. На парах даже скучать не приходится.

**Перерывы в занятиях сделали для того,** чтобы уже отметившийся студент, успел убежать, пока не вернулся преподаватель.



“**ВСЕ ПРЕПОДАВАТЕЛИ БЫЛИ СТУДЕНТАМИ, МНОГИЕ СТУДЕНТЫ ВИДЯТ СЕБЯ БУДУЩИМИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМИ. ПОЭТОМУ МЫ ЛЮДИ НЕ С РАЗНЫХ ПЛАНЕТ. ПРОСТО ПРОХОДИМ РАЗНЫЕ СТАДИИ ОДНОГО ПУТИ**”

**Особенность преподавателей естественно-научных дисциплин** – географов, биологов, геологов и археологов, то есть «полевиков», в том, что помимо преподавания они ещё много путешествуют, по самоощущению являются исследователями и авантюристами.

**Мы выделяем для себя студентов**, с которыми у нас схожие интересы. Это люди, которые пошли в географию для того, чтобы активно и сознательно познавать планету.

**Стиль ведения занятий – отражение внутреннего мира** преподавателя. Если он достиг определённых высот, то у него неизбежно будет свой почерк. У такого человека есть смысл учиться.

**Больше всего студенты ценят** личный опыт путешествий. Его не пропишешь в учебном плане, но именно он пригодится многим в дальнейшем.

**Форма чтения и перечитывания книжек** – это методика позапрошлого века. Сейчас у всех есть Google. Но ощущения живого человека в Интернете не скачаешь, поэтому преподавателю важно делиться личным опытом.

**Кто такой географ?** Звучит как поэт.

**На практике мы уезжаем в горы, в тайгу, в степи, пустыни.** Там проявляются не только профессиональные, но и все личные качества человека. Люди скромные и незаметные в повседневной жизни здесь, в университете, часто раскрываются как настоящие полевые исследователи и просто надёжные спутники.

**Шпаргалки – это смешно и не очень результативно.** Хотя их сейчас и не готовят, можно всё скачать на смартфон. Но преподаватель всегда замечает, когда студент куда-то подглядывает. Лучше готовить конспекты, они систематизируют знания. Записать ответы в тетрадку и оставить дома.


**Все преподаватели были студентами**, многие студенты видят себя будущими преподавателями. Поэтому мы люди не с разных планет. Просто проходим разные стадии одного пути. 📖

**АЛЕКСАНДР НИКОЛАЕВИЧ  
БАШКАТОВ, ДОЦЕНТ  
КАФЕДРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ГЕОГРАФИИ И ЛАНДШАФТНОЙ  
ЭКОЛОГИИ**





# ВКУСНО И БЕЗ САХАРА



Если при словосочетании «правильное питание» тебе на ум приходят только листики салата, гречка на воде и сухая варёная грудка без соли, то твои представления сильно отличаются от реальности. Есть правильно – не значит отказаться навсегда от вкусной еды и уйти в кулинарный аскетизм. Самое поразительное, что даже десерты могут быть полезными. О том, как сочетать стройную фигуру с привычкой баловать себя пирожным и чашечкой кофе, мы поговорили с экспертом из саратовской сети кофеен «Безопасный кекс» Алексеем Бабушкиным.

**Запись:** Елена Кривицкая

**Фото:** архив кофеен «Безопасный кекс»

Основная идея нашей продукции – привычный внешний вид и вкус, не отличимый от обычных сладостей, но совершенно другая начинка. Мы тщательно подбирали рецепты, чтобы заменить все привычные для тортов ингредиенты: сахар, сливочное или растительное масло, муку высшего сорта, на полезные. И результат очевиден: мы не заставляем наших гостей есть, они делают это сами, потому что вкусно. Поэтому «полезно» – не синоним «невкусно».

Диетологи утверждают, что правильное питание невероятно важно для физической и умственной активности. Но многие студенты привыкли к перекусам шоколадками и булками. Я не говорю что сахар это какой-то яд. Просто он оказывает особое воздействие на организм: даёт быстрый выброс энергии, эйфорию, чувство сытости. Но как раз из-за быстрой скорости усвоения этот эффект совсем не долгий. К сожалению, сахар делает нас заложниками мнимого чувства насыщения. Если перекусить шоколадкой, мозг запоминает этот момент как приятный и, как маленький ребенок, всеми способами будет добиваться его вновь, делая нас



зависимыми. Десерты без сахара усваиваются организмом иначе, так как все углеводы в них сложные. Они становятся качественным «топливом» для мозга, активно усваивающего новые знания. Сама идея создания наших тортов была в том, чтобы человеку не приходилось выбирать между тем, что хочется, и тем, что будет полезно. Наши торты состоят в основном из белка и сложных углеводов, поэтому утром они могут дать заряд энергии и чувство сытости, а вечером не будут лежать камнем в желудке и помогут заснуть.

В «Безопасном кексе» кофе тоже подают без сахара. Для большинства сахар – это универсальная добавка ко всему, хотя он придаёт любой еде одинаковый вкус – не важно, что ты ешь, всё перебивает сладость. А мы этого не хотим, потому что очень трепетно относимся к вкусу, который будет в чашке каждого гостя. Мы используем только 100% арабику и выбираем хорошего обжарщика. Тщательно следим за тем, чтобы кофе был свежесобжаренным – в наших кофейнях можно встретить кофе только от 1 до 3 недель после обжарки,

именно в этот период получается самый насыщенный вкус. Обучаем наших бариста правильно готовить кофе: выверяем до десятых грамма и секунд оптимальный рецепт напитка. Ещё есть хитрость – несколько раз в день настраиваем и пробуем кофе, который готовим для наших гостей, потому что это живой продукт, очень быстро меняющий свои свойства и вкус. Меня часто спрашивают: «Почему ваш кофе не горький? Вы, наверное, что-то в него добавляете?» У нас всё просто и нет необходимости что-то скрывать – не горький, потому что добивались такого результата.

Открывая «Безопасный Кекс», мы сначала хотели решить свою проблему, а только потом превратили его в бизнес. Я считаю, что быть предпринимателем, значит иметь возможность повлиять на мир вокруг тебя. Я хочу, чтобы все были чуточку счастливее. Могли так же, как и я, выпить чашечку вкусного кофе с неприторным десертом, который пойдёт им на пользу, а не тешить себя словами «Ладно, это последний, завтра перекушу салатом». ☕



# КУПОН НА БЕСПЛАТНЫЙ ДЕСЕРТ!

БЕЗОПАСНЫЙ  
**КЕКС**  
И вкусно! И без сахара!



\*на правах рекламы

*Стуцёнка*

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДО: 30.09.2018

г. Саратов, ул. Чапаева, 45  
г. Саратов, ул. Мичурина, 94  
г. Энгельс, Площадь свободы, 20

☎ 939-554

📍 [f](#) [vk](#) [@ bezopasniykeks](#)



# ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТУРИЗМА

Мало кто не мечтает о захватывающих приключениях, экзотических странах, знакомствах с новыми людьми. Наверное, именно это привлекает многих студентов в сфере туризма. Но так ли просто освоить все тонкости профессии гида, турагента, сотрудника визового центра, экскурсовода? Ответы мы искали у заведующей кафедрой туризма и культурного наследия, директора Института истории и международных отношений Татьяны Викторовны Черевичко, которая рассказала «СГУщёнке» о том, как учатся магистранты по программе «Международный туризм»

Текст: Лусине Акопян

Иллюстрация: Анна Хрыкина



## ЦЕЛИ

Выпускники этого направления подготовки должны уметь организовывать комплексное туристское обслуживание, разрабатывать и реализовывать туристские продукты и услуги, которые будут соответствовать всем требованиям потребителей.

## ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ

Магистранты этого направления очень тесно работают с Комитетом по туризму в Саратовской области, выполняя порученные им задания. Выпускная квалификационная работа представляет проект экскурсионного маршрута. Это отработанная программа и готовый продукт, который может быть предложен на туристическом рынке. Любая выпускная квалификационная работа получает рецензию от руководителей туристических компаний Саратовской области.

## ПРАКТИКА

Практику магистранты проходят на туристических предприятиях. У Института есть постоянные партнёры: «Саратовское Бюро Путешествий», Intourist, «Сфера-Тур» и «ЛагунаТур». Однако выбор места прохождения практики, безусловно, остаётся за самим магистрантом. Он имеет прекрасную возможность пройти практику не только в России, но и за рубежом. Магистрант может попробовать себя не только в роли организатора путешествий, но и педагога – поделиться своим опытом со студентами бакалавриата.

## УЧЕБНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помимо иностранного языка, теоретических и практических основ, необходимых для базового образования, есть ряд важных эксклюзивных дисциплин. Например, «Региональная политика в сфере туризма» позволяет следить за развитием туризма в России, ориентироваться в её законодательных актах, выполнять задания по разработке бренда и имиджа Саратовской области. А в рамках дисциплины «Современные тенденции развития туристского рынка» рассматриваются новые виды и подходы к разработке и реализации туристского продукта, изучается вопрос его мифологизации.

## НАВЫКИ

Магистрант должен постоянно заниматься познавательной деятельностью. Так как на туристический продукт влияет множество разных факторов, будущий специалист в туристической сфере должен быть широко образован. В первую очередь важны знания по географии, владение иностранными языками и компьютерными технологиями. Значительную роль играет коммуникативность и умение быстро искать пути разрешения проблем, оставаться спокойным даже в стрессовых условиях.

## ТРУДОУСТРОЙСТВО

Студенту можно не переживать, что он останется без работы. Специалисты в сфере туризма сейчас довольно высоко востребованы. В Саратове руководители туристических предприятий-партнёров этой магистерской программы могут сами обратиться к её выпускникам с предложением о трудоустройстве.

## МНЕНИЕ

### Владимир Ваничкин, магистрант 2 курса

«Я хотел сменить род деятельности. До магистратуры учился на юридическом факультете и на третьем курсе участвовал в программе обмена студентов Work&Travel. В США работал в гостинице. Мне понравилось, и я подумал, что после обучения по направлению «Международный туризм» у меня будет больше возможностей работать с иностранцами. Мы изучаем различные дисциплины: от самых основ, таких как география туризма, до маркетинга туризма и страхового дела. Практику я проходил по месту работы, устроился в отель администратором».

### Дарья Мурзакова, выпускница

«Чтобы стать грамотным специалистом в сфере туризма, на мой взгляд, лучше пройти обучение в бакалавриате по данному направлению. Большая часть необходимых навыков и знаний как раз будет усвоена за эти 4 года. Хотя это и не обязательно для поступления. Магистратура «Международный туризм» – это уже завершающая ступень обучения, где за два года ты сможешь более тщательно изучить одно из направлений туризма, исследовать как российский опыт продвижения, так и международный. Любой выпускник этого направления может найти себе применение в музейном деле, туристских фирмах и компаниях. Что касается профессиональных компетенций – знание двух иностранных языков желательно, так как в сфере туризма это необходимо для общения с потенциальными клиентами. Важно обладать коммуникативностью, умением грамотно и достоверно предоставлять информацию для туристов или экскурсантов».

# ПУТЕШЕСТВУЙ ПРОСТО

Хотите продолжить образование в престижных учебных заведениях мира? Попасть в лучшие компании, поработать за рубежом и, используя западный опыт, открыть собственную преуспевающую фирму? Мы знаем как это сделать и расскажем вам по секрету!

### Для студентов мы предлагаем:

- карточки ISIC - Международное Студенческое Удостоверение, подтверждающее личность и статус студента не только за рубежом, но и в России. ISIC открывает доступ к скидкам от 5% до 100%: на международные авиабилеты, в магазинах, кафе, спортивных клубах и развлекательных центрах, музеях и театрах;

- оплачиваемые стажировки за рубежом в отелях, на курортах, на круизных лайнерах;

- программу WORK & TRAVEL США, которая рассчитана только на студентов: 4 месяца ребята живут и работают в Америке в сфере обслуживания (в ресторанах, магазинах, гостиницах, парках развлечений) и путешествуют по всей стране. У студентов появляется возможность получить уникальный жизненный опыт, усовершенствовать язык и заработать приличную сумму. Заявки на участие в программе «Лето 2019» ребята подают уже сейчас;

- программы для получения дальнейшего образования за рубежом: языковые курсы, школы гостиничного менеджмента и туризма, вузы и колледжи с дальнейшим трудоустройством за рубежом.

Оформить карту ISIC, приобрести авиабилеты, оформить визы, страховки, получить консультации можно в нашем офисе. Мы всегда рады вам помочь!

### ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К НАМ:

<http://vk.com/DiligenTravel>  
<http://www.facebook.com/DiligenTravel>  
[https://www.instagram.com/diligence\\_travel/](https://www.instagram.com/diligence_travel/)



*\*на правах рекламы*

## КАК УЕХАТЬ УЧИТЬСЯ ЗА ГРАНИЦУ

- Языковые курсы во всем мире
- Карточки ISIC для студентов
- Подготовка к поступлению в университеты и колледжи
- Стажировки за рубежом
- Работа для студентов Work&Travel
- Консультации опытных специалистов



**(8452) 27 97 94**

г. Саратов, ул. Московская, 113, ТЦ «МИР» офис 7 этаж 6  
[www.diligen-travel.ru](http://www.diligen-travel.ru)



# ЕВРОТУР

Выпускник юридического факультета СГУ Дмитрий Милантьев отправился в одиночное велосипедное путешествие по Европе. Он планирует преодолеть путь в 7000 километров за 60 дней и посетить около 20 стран, передвигаясь исключительно на велосипеде. Экспедиция стартовала из Санкт-Петербурга и должна завершиться в крайней точке Евразии – Португалии. На момент публикации Дмитрий уже успел побывать в нескольких европейских столицах. Путешественник рассказал о своих впечатлениях и наблюдениях, комфорте передвижения на велосипеде в качестве туриста и дал советы тем, кто собирается последовать его примеру.

**Запись:** Анаит Мамунц

**Фото:** из личного архива героя

## СТАРТ

Поездка на велосипеде по Европе – это не только моё первое масштабное путешествие, но и первый выезд за границу. До этого я был только в Абхазии. На велосипеде в основном передвигался в городе и редко по области – вот весь мой опыт. Но я всё же решился «покорять» Европу на двух колёсах. Это моя давняя мечта. Я хотел соединить любовь к велосипеду и желание путешествовать. Однажды наткнулся на статью в National Geographic о том, как двое парней из России проехали Европу на велосипедах, и понял, что тоже хочу попробовать. Начал читать, изучать, готовиться. Так и родилась эта идея. Важную роль для меня играла психологическая подготовка. Когда ты начинаешь всерьёз о чём-то задумываться, мечта превращается в цель. За год до старта уже был составлен маршрут, план и ориентировочные расходы. Предстояло сделать выбор – апгрейдить свой велосипед или купить новый, ехать одному или в компании, какие вещи с собой брать. В итоге решил купить новый туристический велосипед, ехать одному и взять только минимум вещей. Вот и вся подготовка.

## НАЧАЛО ДВИЖЕНИЯ

Обычно мой день проходит по такому расписанию: подъём в 8 – 9 утра, завтрак, старт и преодоление половины дистанции до полудня. Затем перерыв на плотный обед и завершение дистанции к вечеру. Что касается питания, в основном я покупаю необходимые мне продукты сразу на несколько дней в супермаркетах. Иногда готовлю на своей газовой горелке, на ней можно вскипятить чай, сварить яйца или даже суп. У меня есть палатка и спальный мешок для независимого ночлега. Но я всё-таки стараюсь находить кров у людей, чтобы общаться, заводить новые знакомства. В больших городах ночлег найти намного легче.





Можно пользоваться различными сайтами и приложениями, такими как Couchsurfing или Warmshowers. Если спать в палатке или искать приют у простых людей, покупать продукты и что-то готовить самому, можно путешествовать экономно – за 5 евро в день. Это и есть мой средний бюджет. Но существуют и дополнительные затраты: переправы на пароме или покупка каких-либо необходимых вещей. Например, в дороге я приобрёл солнцезащитные средства и очки. Если питаться в кафе, расходы будут значительно выше. На экскурсии я не хожу, потому что оставить где-то велосипед со всеми вещами очень рискованно. Да и мне интереснее городские улицы, а они бесплатны.

## РАЗГОН

Сейчас удалось посетить несколько европейских столиц: Хельсинки, Таллин, Ригу и Варшаву. Больше всего запомнился старый город в Таллине, историческая часть Варшавы, современный Хельсинки и велосипедная дорожка в Финляндии, которая начинается от самой границы с Россией. Я думал, что крутить педали по 150 километров в день будет легче. Тяжело войти в режим и всё успевать, времени постоянно не хватает. Самое сложное – первые дни в пути, причём и с психологической, и с физической точек зрения. Одиноко, непонятно, ощущение выхода из зоны комфорта, тоска по дому. И при этом я преодолеваю расстояния, которые прежде никогда не проезжал.

## ПИТ-СТОП

► В первую очередь необходим надёжный велосипед – без амортизаторов, с креплениями под несколько бутылок, багажником и качественным специальным седлом, на котором будет комфортно проезжать сотни километров.

► Захвати с собой дождевик – никогда не знаешь, что ждёт тебя через полчаса за поворотом.

► Не пренебрегай шлемом и очками – вещами, отвечающими за твою безопасность на дороге.

► Имей при себе основные инструменты для устранения лёгких поломок (шестигранники), запасные камеры, насос, заплатки, смазку для цепи.

## ПОСЛЕ ФИНИША

Сегодня не все люди видят потенциал и перспективы в развитии велосипедного движения, как с экологической стороны, так и с финансовой. Я считаю, что для скачка в запросе на велосипедную инфраструктуру необходим сетевой велопрокат. Тогда очень многие пересядут на велосипеды, что положительно скажется и на здоровье людей, и на качестве воздуха. Кроме того, это сподвигнет администрации городов повсеместно обустраивать велодорожки. В таких городах как Хельсинки и Варшава, куда я заезжал по своему маршруту, действительно существует полноценная велосипедная инфраструктура, в которую входит: сетевой доступный велопрокат, дорожки и полосы на трассе, велопарковки, разметка и знаки для велосипедистов. По возвращении в Саратов я планирую начать общественное движение или запустить социальный проект по развитию велосипедной инфраструктуры. Может, это выльется во что-то большее. Пока у меня есть несколько идей, о которых ещё рано говорить. 🚲







# ПУНКТ НАЗНАЧЕНИЯ

А что если бы существовала курьерская доставка «подарков» для нашего организма? По указанному адресу она направлялась бы в нужный участок тела и «ремонтно-ла», либо «уничтожала» конечную остановку. Разработкой такого проекта – по адресной доставке лекарственных средств – занимаются лаборатории «Дистанционно управляемых систем для тераностики» и «Биомедицинской фотоакустики». О работе последней мы поговорили со старшим научным сотрудником, доцентом кафедры инноватики на базе АО «Нефтемаш» Даниилом Николаевичем Браташовым.

**Текст:** Валентина Лучкина

**Фото:** автора

**Цитометрия** – метод исследования дисперсных сред в режиме поштучного анализа элементов дисперсной фазы по сигналам светорассеяния и флуоресценции. Название метода связано с основным приложением, а именно с исследованием одиночных биологических клеток в потоке жидкости.

**Гемодиализ** – лечение острой и хронической почечной недостаточности с помощью аппарата «искусственная почка», фильтрующего кровь от посторонних примесей.

Цель работы лаборатории «Дистанционно управляемых систем для тераностики» не столько в создании лекарства, сколько в осуществлении его качественной доставки до пункта назначения. Умный механизм высвобождает вещество, которое спасёт человеку жизнь. Лаборатория «Биомедицинской фотоакустики» занимается поиском в кровотоке редких диагностических объектов. Задача учёных сегодня – разработать установку проточной цитометрии, которая «видит», что именно происходит в кровотоке. Такая установка позволит среди огромного числа быстро плывущих в крови объектов выделить для дальнейшего изучения те, которые вызывают распространение опухолей или инфекций по организму.

Любой большой проект состоит из нескольких более мелких, которые готовят и адаптируют всю технологию к практическому использованию. Например, наиболее близко к применению на людях в лаборатории подошёл проект по доставке лекарственных средств через кожу. Даниил Николаевич Браташов специализируется на исследованиях в области диагностики и визуализации: «Моя задача – заставить мощное оборудование работать, помочь обрабатывать гигантские объёмы информации, получаемые с современных исследовательских установок, выводить статистику. То, над чем работаем мы, наши студенты и аспиранты, позволяет не просто увидеть в микроскоп отдельные клетки, а сразу распознать, что перед нами».

В настоящий момент адресная доставка лекарств местами уже используется в клинической практике, но существует ряд проблем. Одна из основных – препараты всё равно накапливаются во всех органах, которые фильтруют кровь от посторонних веществ. Хотя побочные эффекты при этом будут не такими сильными, как от простого лекарства. Именно над их устранением сейчас трудится группа Даниила Николаевича: «Мы разрабатываем аппарат для двух основных применений, чтобы сделать нечто похожее на установку гемодиализа – систему очистки крови от всего постороннего, а также, чтобы иметь возможность увидеть в потоке крови и забрать для дальнейшего анализа посторонние объекты. Можно изъять на изучение, например, раковые клетки, разбегающиеся по кровотоку

от основной опухоли». Благодаря экспериментам учёные наблюдают за тем, что вообще встречается в кровотоке, пытаются отследить «инородных гостей». Раковая клетка гораздо больше остальных и отличается от того, что обычно течёт по кровотоку. Но она достаточно редкая. В этом состоит сложность. Кроме того, её необходимо не только обнаружить, но и «выловить». В лаборатории занимаются поиском путей удешевления этого процесса.

«Контейнер для адресной доставки – это полый шарик из полимеров с ядром чаще всего из карбоната кальция, нагруженный лекарством. Он очень маленький, сравним по размеру с клеткой крови, сверху покрывается биосовместимыми веществами, скрывающими его от иммунной системы организма и позволяющими управлять этим шариком», – объяснил Даниил Николаевич.

Для введения такого контейнера в организм человека существует несколько путей. Самый стандартный способ – вколоть в кровь или мышцу. Также его можно запустить через кожный покров или ввести как спрей через нос. После внедрения в организм капсулой можно управлять с помощью сильного магнита. Но в среднем в этом случае сейчас притягивается только треть того, что находится в кровотоке. Существует технология, которая позволяет увидеть местонахождение контейнера: для этого в него внедряется подкрашивающий полимер, светящийся под действием света лазера. Придуманно много способов, как вскрыть такой контейнер. Они основаны на действии света, ультразвука, химического воздействия и различных ферментов.

Разрабатываемая адресная доставка лекарств постепенно приближается к финальным этапам тестирования. Пока они проводятся на мелких лабораторных животных, но программа на пороге испытания на добровольцах. Похожие технологии адресной доставки с другим типом носителя уже применяются в медицине, но пока это в основном препараты, используемые в психиатрии.

Разработка нового лекарства сравнима по стоимости с выводом блока МКС на орбиту, это огромные бюджеты. Но вместе с тем польза от адресной доставки в перспективе колоссальна, так как она минимизирует побочные эффекты. Особенно важно это, например, для лекарств от рака. Рак хитёр и до конца не понят. Вырезать опухоль или поражённый орган сейчас не проблема, но существует вероятность того, что заболевание вернётся и проявится в других местах. Чтобы этого не произошло, проводят химиотерапию, которая убивает разбегающиеся с места операции раковые клетки. При этом применяемые сегодня препараты достаточно токсичны, есть большой риск повреждения здоровых клеток. В теории адресная доставка может исключить или свести к минимуму побочные эффекты. 📄







# ГЛАЗАМИ ФИЗИКА

Не все знают, но физики тоже иногда выходят из своих лабораторий: рисуют, поют песни, гуляют по городу или фотографируют. Инженер лаборатории «Дистанционно управляемых систем для тераностики» Алексей Вадимович Ермаков вместе с группой учёных СГУ ищет способы диагностирования и лечения рака, а ещё очень любит фотографировать городские пейзажи. На его снимках Сингапур, Сидней, Гонконг чередуются с Москвой, Петербургом и Саратовом. Как оставаться в науке и при этом стать лучшим урбан-фотографом по версии крупного профессионального сообщества, читай в нашем интервью.

Запись: Александра Дьякова

Фото: Роман Фоменко



### – Почему Вы решили поступить на ФНБМТ?

– В школе я увлекался астрономией. Однако, когда пришло время поступать в вуз, решил, что это не самая прагматичная область деятельности, в ней трудно заработать, поэтому выбрал более современное и востребованное, на мой взгляд, направление – нанотехнологии. У меня технический склад ума, поэтому физика, математика – точные науки давались легко. Мне интересна профессия, в которой я себя нашёл. Наша деятельность сейчас «на пике науки», поэтому активно выделяют гранты, в рамках которых есть возможность работать над чем-то действительно важным.

### – Дальше была аспирантура?

– Да. Ещё в студенчестве я начал работать в лаборатории плёночных наноструктурированных материалов. Сейчас моя основная деятельность связана с лабораторией «Дистанционно управляемых систем для тераностики».

### – В каких грантовых программах Вы участвовали?

– Как от Российского научного фонда, так и от Российского Фонда Фундаментальных Исследований. Позже мы начали работать над мегагрантом. Лабораторию тераностики возглавляет Глеб Борисович Сухоруков – ведущий исследователь в области нанотехнологий, который был перечислен в списке Forbes, как один из десяти самых известных российских учёных. Я начал работать у него в гранте над системами доставки лекарств, системами микроинкапсулирования. Работа с ним шла и идёт очень эффективно. В конце года меня ждёт поездка в Лондон. До этого, также в рамках мегагранта, я успел поработать в научной группе Глеба Борисовича в Сингапуре.

### – В чём суть проводимых исследований?

– Тераностика – это терапия и диагностика в одной системе. Мы занимаемся разработкой капсул, с помощью которых можно будет диагностировать рак, побеждать его на ранней стадии или не допускать вовсе. С помощью таких капсул, которые должны находиться в организме человека постоянно, происходит поиск раковых клеток. Если они обнаруживаются, то по определённому триггеру выпускается лекарство.

### – Есть результаты, которыми уже можно гордиться?

– Нам удаётся осуществлять удалённое вскрытие микроконтейнеров лазером. Они нужны для того, чтобы закапсулировать биоактивное вещество и в случае необходимости выпустить его оттуда контролируемым образом. Сейчас в рамках мегагранта мы разработали новый тип таких контейнеров. Если в оригинальной работе нашего руководителя это была суспензия капсул, которые находятся в воде, то сейчас это контейнеры, которые очень точно, как клеточки, в высоту расположены

на подложке. В виде имплантов они также могут быть вживлены в организм. Деятельность научной группы намного более широкая и междисциплинарная, есть большие прорывы.

### – Получается, сейчас идёт научная работа для того, чтобы начать изготовление таких капсул?

– Мы уже их делаем. В какой-то момент это должно перейти на доклинические исследования, что пока в перспективе. Сейчас испытания проводятся на крысах. Животному вводят капсулы, потом, в зависимости от того, что за вещество ввели, обнаруживают его, например, с помощью томографа. Либо животное умертвляют, делают срезы и ищут капсулы, наблюдают, что с ними произошло.

### – Что Вам больше всего интересно в своей научной работе?

– Это как головоломка. Есть задача, которую нужно решить. Интересно подбираться к ней с разных сторон и пытаться получить результат.

### – В какой-то момент к физике добавилась фотография. Или наоборот?

– Это моё хобби с детства. Сначала я занимался в художественной школе, после 9 класса даже были мысли поступать в художественное училище, но рисование так и осталось просто увлечением. Тогда я задумался о том, зачем вообще нужно пытаться перерисовывать реальность, если можно её сфотографировать. У меня был фотоаппарат – «мыльница», попытки снимать на него были довольно вялыми. Я изучал литературу, читал книги по фотографии. Например, сейчас могу посоветовать «Искусство цвета» Иттена Иоханнеса и «Цифровую фотографию» Скотта Келби. Лет в 20 мне подарили зеркальную камеру. Она была самой простой, но уже давала намного больше возможностей. Я фотографировал жизнь вокруг себя, то, что притягивало взгляд. Часто это была тревел-фотография. Конечно, и кота снимал.

### – Что такое урбан-фотография? Как получилось, что Вы пришли именно к ней?

– Это фотография городской среды. В том числе, городской пейзаж и более узкие проявления – архитектура, городской натюрморт. Как я увлёкся именно урбан-фотографией? Наверное, просто редко бываю вне города. Я очень люблю природные пейзажи, даже больше, чем городские, но за ними нужно куда-то ехать.

### – Чем урбан-фотография отличается от стрит-фото?

– Урбан-фото – это «вымеренное» явление, к которому ты подходишь со всей сознательностью. Долго высматриваешь какой-то вид и пытаешься передать атмосферу города. Стрит-фотография ближе к репортажной. Хотя границы жанров, конечно, размыты. Урбан-фото может быть постановочным, в этом плане можно целенаправленно

привести с собой человека и снимать. Стрит-фото вряд ли такое позволяет.

**– Здесь уже ставится вопрос, фотограф ты или фотохудожник. Вы себя к кому причисляете?**

– Ко второму типу. Задача фотографа – запечатлеть объективную реальность. Фотохудожник передаёт эмоции, идеи, и, я бы сказал, он не так ограничен в средствах, у него больше инструментов.

**– Какие города Вы фотографировали?**

– Многие. Запомнился Сингапур, так как там долго прожил. Но он не такой живой и харизматичный, как, например, Гонконг. Ещё Сидней... Санкт-Петербург, Москва – самые фотогеничные российские города. В целом и в Саратове есть на что обратить внимание.

**– Были ли у Вас внештатные ситуации, связанные с Вашим хобби, особенно за границей?**

– Чтобы поймать удачный кадр, периодически приходится проникать в какие-то здания. Бывали случаи, когда хотелось сфотографировать атриум отеля, а туда пускают только посетителей. Нужно было хитрить и проскальзывать мимо охраны. Правда, когда начинаешь располагаться как следует, со штативом, охранники просят на выход. Но кадры обычно уже сделаны.

**– Что фотографировать в Саратове?**

– Примерно то же самое, что и в других городах. Здесь есть свои атмосферные улицы, места, помимо моста и Консерватории.

**– Есть ли у Вас ощущение, что своими фотографиями Вы делаете вклад в историю?**

– Мне бы хотелось, чтобы мои фотографии вошли в историю. Город сильно меняется, и я это запечатлеваю. Когда вернулся из Сингапура, первое, что бросилось в глаза, переделанная Волжская улица, фонтан у ТЮЗа.

**– Тем более, к этому есть предпосылки. В 2017 году по версии ресурса 35PHOTO Вы были признаны лучшим урбан-фотографом. Как это получилось?**

– Мои работы, которые я выложил на сайт, оказались заметнее всего в этом жанре. Там были фото Сингапура, других крупных городов, но и Саратова тоже.

**– Многие люди лайкают Ваши фото, сохраняют в инстаграме, но не знают автора. Это важно?**

– Да нет. Моя цель – сделать фотографию. Хорошо, если она кому-то понравится, вообще вызовет какую-то реакцию. Как-то видел в комментариях в одном из саратовских сообществ отзыв о моих снимках. Некоторые из них, например, относительно съёмки на набережной, в духе: «Нафотошопили тут лондонские фонари». Поднимите голову, посмотрите вверх, заметьте собственный город.

**– Фотография для вас ремесло или искусство?**

– Синтез и того, и другого. Если просто изощряться своим видением, не обладая навыками, ничего не получится. Равно как и наоборот: многие фотографы расценивают фотографирование только как ремесло, делая ставку на техническую сторону – это большая проблема.

**– Как на то, что Вы видите в кадре, и что получается в итоге, влияет художественное образование?**

– Оно определённо повлияло на мой вкус. Я продолжаю развивать его, просматриваю сотни фото в день. Анализирую, куда движется фотография, местами подмечаю какие-то «фишки».

**– Получается, у фотографа должна быть определённая «насмотренность». На кого ориентироваться?**

– Есть фотографы, которые в целом мне нравятся, но даже у них «выхлоп» того, что меня привлекает – процентов 20. Наверное, вредно создавать себе какого-то кумира и считать, что только его фотографии хорошие. Чтобы не копировать и, в том числе, чтобы не повторять ошибок. Любой фотограф экспериментирует, чтобы развиваться, но не всегда удачно.

**– Назовите топ-3 фотографов, которые Вас вдохновляют.**

– Сложно выделить, потому что кто-то мне нравится из классиков фотографии, кто-то из современных авторов. Пусть будет Peter Stewart, Anthony Sotomayor, Peter Lindbergh. Есть много достойных русских фотографов, например, Александр Петросян. Российская фотография на очень высоком уровне, особенно портретная. А вот с городским пейзажем не всё так гладко.

**– Фотограф должен публиковаться?**

– Конечно, чтобы не терять связь с аудиторией, смотреть, на что есть отклик. Если будешь вариться в своём котле, уйдёшь в какие-то дебри.

**– С кем Вы сотрудничаете?**

– Nikon периодически выставляет мои фотографии. Также отправляю снимки в National Geographic и в крупные сообщества – 35PHOTO, 500px.

**– На что снимаете?**

– Сейчас у меня самая простая полнокадровая камера Nikon d610 с тремя объективами, которые покрывают весь диапазон. Ещё есть всякие необходимые вещи: вспышка, штатив, пультик.

**– Какие у Вас планы на ближайшее будущее?**

– Сам я считаю себя любителем и думаю, что места на конкурсах дают в некотором роде авансом. Поэтому в планах сейчас в том же режиме пытаться повышать свой уровень и стараться выигрывать в международных конкурсах. 📷









↑ «Птица на подоконнике», набережная во время тумана

← «Континуум», набережная во время тумана

→ «Цельнометаллическая», Саратовский Парк Победы











← «Вуаль»,  
Чайнатаун Сингапура









← «Келья», вид из окна во время работы в Сингапуре

↑ «Свинец», деловой центр Сингапура

↓ «Клетка», жилой квартал Гонконга







# ЭТИЧНАЯ МОДА: МНЕ ЭТО НАДО?

Именно этот девиз для исправления заядлых покупателей в фильме «Шопоголик» вспоминается, когда мы думаем об осознанном потреблении. Открой свой шкаф, осмотри гардероб. Сколько вещей ты купил и никогда не надевал или «выгулял» всего пару раз и забросил на верхнюю полку? Почти у каждого найдутся такие. И это не только бесполезные траты твоего бюджета, но ещё и часть огромной индустрии массового производства – бессмысленного и беспощадного. Чтобы разобраться, почему это проблема, что такое этичная мода и как добиться устойчивости в своей жизни, мы поговорили с выпускницей Института филологии и журналистики Алёной Скворцовой.

**Беседа:** Александра Дьякова, Елена Кривицкая

**Фото:** Вероника Провалова



### – Как и когда ты заинтересовалась модой?

– В далёком детстве. Было постсоветское время, но недостаток вещей в нашей семье не ощущался. Родственники привозили мне разные платья, их было очень много. Мама рассказывала, что переодевала меня несколько раз в день, «выгулять» наряд. Мне давали полную свободу в выборе вещей. Я выросла, со временем все мои скопленные или заработанные деньги тратились на одежду. Меня начало это беспокоить, я осознавала, что слишком зациклена на вещах – не могу два дня подряд надеть одну и ту же одежду, к любому поводу нужно было купить что-то новое, ну и так далее. Потом начала увлекаться чтением журналов, стала осознанно изучать историю моды, стили, течения. Даже вместо обоев в комнате у меня были странички из любимых изданий.

### – Как сейчас поменялись твои взгляды и вкусы?

– На смену изобилию пришёл минимализм. Причём он привлекает меня не только в рамках стиля, но и вообще во всём: теперь от вещей хочется избавляться.

### – Ты закончила бакалавриат Института филологии и журналистики и защищала диплом по этической моде. Как так получилось?

– Работа была посвящена журналистике, я рассматривала феномен этической моды в медиадискурсе. К этой теме пришла не сразу. Сначала писала про телеведущих канала World Fashion, но быстро потеряла интерес. Примерно в это же время меня затронула тема трагедии в Бангладеш, где разрушилась восьмизэтажная швейная фабрика и погибли рабочие. Затем я случайно наткнулась на фильм «Реальная цена моды». Он рассказывает о феномене этической моды, хотя это название не звучит в нём ни разу. Я решила написать по этому поводу эссе, поняла, что меня волнует эта проблематика. Позвонила своему научному консультанту и сказала, что хочу сменить тему дипломной работы. Я доказала уместность феномена этической моды в журналистике. Мне повезло, потому что в какой-то степени удалось предугадать формирование движения. Сейчас наблюдаю огромное число ресурсов, экологических сообществ, и все они развиваются. Это радует, потому что прямо свидетельствует об актуальности моего исследования.

### – Так что такое этическая мода?

– Она включает в себя много понятий из различных сфер. Сегодня люди начинают больше покупать, тем самым делая себя беднее. Первоначально они чувствуют себя обеспеченными, раз могут позволить себе всё больше вещей. Но это не так, просто мода становится доступнее. Таким образом, вещи скапливаются и превращаются в ненужный хлам. Опасность заключается в том, что раньше такая тотальная закупка была проблемой отдельных людей, а теперь это массовое явление. Бесконтрольное потребление влияет не только на психологию личности и экономику государства, но и на мировую экологию. Например, на изготовление одной пары джинсов с учётом всех стадий производства в среднем тратится до 800 литров воды. Затраты ресурсов возрастают. Это выливается в огромную

экологическую катастрофу, и она уже заметна в странах третьего мира. Города превращаются в огромные свалки – люди живут среди гор и рек мусора. Этическая мода подразумевает не только грамотные траты и сознательное ограничение в покупках, но и привлечение внимания к переработке вещей – старые не выбрасываются, а направляются на повторное использование.

### – Как это проявляется в индустрии высокой моды?

– Если раньше в году было всего 4 сезона, то сейчас некоторые эксперты в сфере моды говорят о 56. То есть новые коллекции представляются не несколько раз в год, а каждую неделю. Так затрачиваемые ресурсы приобрели космические масштабы. Дизайнеры стали это понимать и постепенно сокращать показы, создавать капсульные коллекции. Это позволяет привлечь внимание к малому производству и конкретным дизайнерам или мастерам. Масс-маркеты становятся менее популярными. Наблюдается тенденция в решениях людей покупать единичные, более дорогие и качественные вещи, чем скупать доступные, но штампованные и лишённые всякой индивидуальности. Кроме того, производство такой одежды зачастую более экологичное, чем в промышленном потоке.

### – Что делает этическая мода, чтобы решить эти проблемы?

– Прежде всего, она их описывает, привлекает к ним внимание, призывает иначе смотреть на мир и изменить культуру производства и потребления.

### – Как зародилось это движение?

– Вопрос поднимался на экологических саммитах и форумах ещё до трагедии в Бангладеш, то есть до 2013 года. Начиналось всё с защитников прав животных и партий «зелёных», ратующих за бережное отношение к природе и запрет на ношение меха и кожи. Вскоре стала ясна проблема чрезмерного расширения массового производства, но какое-то время она не была в основной повестке. После обрушения швейных фабрик и привлечения внимания к условиям труда на таких предприятиях в странах третьего мира дискуссии вспыхнули с новой силой. Стартовали разные активистские движения, стремящиеся помочь пострадавшим и найти решение для выхода из сложившейся ситуации. Сейчас наблюдается новый всплеск интереса к этой теме. Мне кажется, через два-три года мир может кардинально измениться, и этическая мода, ориентирующаяся на осознанность потребления, станет не малоизвестным феноменом, а частью нашей жизни.

### – Как эта осознанность меняет нас самих?

– Всё начинается с мелочей. Например, сейчас в кафе я отказываюсь от пластиковых трубочек. Кажется, что это совершенно незначительное ограничение, но вместе с тем уже маленькое движение. И так во всём. Часто мы не задумываемся над самыми простыми вещами: почему мы их делаем?





“ ПРЕДСТАВЬ КАРУСЕЛЬ, НА КОТОРОЙ ВСЕ КАТАЮТСЯ ПО КРУГУ. ЭТО МАССОВОЕ ПРОИЗВОДСТВО. СПУСТЯ ВРЕМЯ, ВСЕХ НА НЕЙ НАЧИНАЕТ ТОШНИТЬ, И ОНИ ПОСТЕПЕННО СПРЫГИВАЮТ И ПЕРЕХОДЯТ НА ДРУГУЮ КАРУСЕЛЬ, КОТОРАЯ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТ РАСКРУЧИВАТЬСЯ. ЭТО «ЛАГЕРЬ» ЭТИЧНОЙ МОДЫ ”





**– Чем ещё ты поддерживаешь движение этичной моды?**

– Начала раздавать ненужные мне вещи и призывать к этому других. Во-первых, это делает людей дико счастливыми, во-вторых, экономит твои и чужие деньги, а в-третьих, помогает сохранять природу, потому что одежда не выкидывается, а используется по назначению кем-то ещё. Для распространения этого движения и обмена вещами я создала группу Sustainable ВКонтакте и одноимённый аккаунт в Инстаграме. Я называю это «устойчивым сообществом для людей с особым взглядом на мир». Причём это не только платформа для обмена вещами, но и способ коммуникации и организации мероприятий. Проект пока на начальной стадии, но по плану это должны быть встречи один раз в сезон. Они будут включать фримаркеты, фотосесии, консультации стилиста, мастер-классы от специалистов в сфере моды, экологии, осознанного потребления, эстетики и искусства.

**– Как ты решилась начать свой проект?**

– Сначала я быстро загорелась идеей, написала план, продумала все мелочи. Потом стала сомневаться – кто меня поддержит? Но родные и друзья убедили. Я поняла, что идею нужно дополнить и учесть множество нюансов – от способа привлечения людей до аренды помещения для встреч. Сейчас концепция предстоящих встреч сводится к тому, чтобы не просто устроить фримаркет, но и призвать посетителей к осознанному потреблению, объяснить его пользу. Поэтому нужна образовательная составляющая мероприятия.

**– С чего начать принятие этичной моды?**

– Когда первый и самый сложный этап – осознание, что тебе не нужны все эти вещи, пройден, нужно заняться изучением литературы по теме. Чтение позволит тебе понять, как ты можешь помочь решению глобальной проблемы, определить хотя бы свою долю участия. Это может быть как экономия электроэнергии и воды, отказ от пластиковых пакетов в пользу текстильных авосек и сумок для похода в магазин, так и просветительская деятельность. Поэтапно ты поменяешь свой образ жизни, а затем и своего окружения.

**– А что дальше?**

– Каждый выбирает для себя свой путь. Одни останавливаются на достигнутом, другие продолжают погружаться в тему. Главное, всё делать осознанно, не осуждать себя за какие-то послабления и не стараться постоянно критиковать других. Фразы в стиле «Фу, ты купила третью футболку» не применимы. Человек должен сам прийти и понять, что ему нужно, а что нет. Лучше хвалить за какие-то полезные привычки и правильные поступки.

**– На кого можно ориентироваться, кем вдохновляться?**

– Например, Стеллой Маккартни. Это одна из первых активисток этичной моды и осознанного потребления. Для меня большим мотивационным толчком стали документальные фильмы и книги по психологии.

**– Этичная мода – это мейнстрим? Если да, хорошо это или плохо?**

– Я часто об этом задумываюсь. В университете я всех замучила своей темой, все мои учебные проекты были об этичной моде, и я постоянно продвигала эту идею. В итоге наш преподаватель Евгений Михайлович Музалевский высказался, что это в какой-то степени мейнстрим, потому что время подошло. Мне эта мысль близка. Представь карусель, на которой все катаются по кругу. Это массовое производство. Спустя время, всех на ней начинает тошнить, и они постепенно спрыгивают и переходят на другую карусель, которая только начинает раскручиваться. Это «лагерь» этичной моды. Может, эта карусель начнёт крутиться в другую сторону или вообще остановится. Над этим вопросом можно рассуждать очень долго. Главное, сейчас есть люди, которые осознанно к этичной моде пришли, для них она стала философией жизни, и это хорошо. Но есть другие, которые замечают, что число последователей этичной моды растёт, потенциально на них можно заработать, и пользуются этим. Вот эти другие – мейнстрим, что плохо и обидно.

**– Наверное, есть ещё и третья категория – люди, которым интересно это течение и которые хотят его поддержать, но пока не готовы сделать его своей жизненной философией.**

– Мне кажется, до конца к этичной моде не может прийти никто. Есть люди, заиклившись на этой теме, которые стараются выполнить все-все условия, которые сами себе поставили. Главное, и в этом движении, и в любом другом позитивном течении – стараться приложить хотя бы минимальные усилия, сделать хоть пару шагов, и это уже принесёт долю улучшений в нашу жизнь. 🌱





# ДИАГНОСТИКА СО СКОРОСТЬЮ СВЕТА

XXI век – эпоха прорыва в медицине, ведь совсем скоро мы сможем стать свидетелями открытий, которые изменят жизни людей. Новые технологии сделают нас устойчивее к опасным заболеваниям, победят те болезни, которые пока остаются трудноизлечимыми. Профессор кафедры медицинской физики СГУ Сергей Сергеевич Ульянов в рамках совместного с Федеральным исследовательским центром вирусологии и микробиологии научного проекта предложил свою методологию разработки оптического устройства для максимально точной и быстрой обработки генетической информации. Как замечает профессор Ульянов, такое устройство позволит осуществлять эффективную диагностику со скоростью света.

Текст: Екатерина Лебединская

Фото: Даниил Соколов





Одним из самых опасных заболеваний современности является хламидиоз, который по распространённости в мире занимает второе место, уступая только туберкулёзу. Несмотря на масштабное финансирование борьбы с этой угрозой, заболеваемость хламидиозом с каждым годом неизменно растёт. Об этой серьёзной проблеме сегодня говорит весь мир. И обеспокоенность учёных понятна: хламидии в организме человека и животного могут провоцировать развитие опухолей, острых и хронических заболеваний, бесплодие, воспаление органов малого таза. Но главная опасность хламидиоза в том, что зараженный им человек может об этом даже не догадываться – ярко выраженных симптомов у заболевания нет. Инфицированный может разве что ощущать лёгкую простуду, однако в это время болезнь активно прогрессирует, а сам человек невольно продолжает заражать окружающих.

## ДИАГНОСТИКА

С помощью диагностики, существующей сегодня, это заболевание обнаружить сложно. Во-первых, используя традиционные методы, учёным приходится работать с генетическим материалом долго, кропотливо и с неизбежными трудностями. Результат такого исследования представляет собой огромную базу данных, которую сложно обрабатывать, что становится причиной ошибок и неточностей. Ещё один минус – дороговизна данной технологии.

Во-вторых, методы, которые были разработаны ещё в 1940 – 50-х годах, уже устарели. Они неэффективны, обладают недостаточной чувствительностью к выявлению возбудителей заболеваний. Например, сегодня многие лаборатории отказываются от выращивания хламидий в клетках эмбрионов, что когда-то считалось золотым стандартом. Кстати, учёными признано, что такой метод эффективен только на 70%.

В-третьих, хламидии способны сильно видоизменяться и мутировать, что также осложняет их выявление и диагностику. Необходимы более тонкие и чувствительные к возбудителям заболеваний методы.

## НОВЫЙ ПРОЕКТ

Так перед учёными встала задача по разработке новых технологий, которые бы позволили обрабатывать материал быстро, эффективно и без ошибок, что крайне важно для диагностирования хламидиоза на ранних стадиях.

И один из таких уникальных проектов – «Изучение молекулярных механизмов эволюции вирулентности и клонального доминирования эпидемических штаммов хламидий у сельскохозяйственных животных» – с 2017 года разрабатывается в Саратове учёными Фе-

дерального исследовательского центра вирусологии и микробиологии (ФИЦВиМ) совместно с сотрудниками и студентами СГУ и СГАУ. Проект осуществляется на стыке микробиологии, оптики и биоинформатики, это новое для науки явление. В проекте непосредственно участвуют 10 сотрудников, руководит которыми профессор, доктор медицинских наук, заместитель директора филиала ФИЦВиМ по научно-исследовательской работе Валентина Анатольевна Федорова. Основным исполнителем является профессор кафедры медицинской физики СГУ Сергей Сергеевич Ульянов. В качестве координатора исследований выступает медицинский факультет Техасского университета в Галвестоне (The University of Texas Medical Branch), в частности разработкам активно помогает всемирно известный профессор отделения микробиологии и иммунологии данного университета Владимир Леонидович Мотин. Консультант проекта – Томас Квин, директор Балтиморского Национального института аллергии и инфекционных болезней Национального института здоровья США (NIAID NIH). Проект получил грант Российского научного фонда, что дало возможность реализовать серьёзные разработки на мировом уровне: приобрести необходимое оборудование и реактивы, участвовать в международных конференциях, публиковать статьи в авторитетных научных изданиях.

«Когда-то я выступала на конференции в Кентукки с сообщением о хламидиях. Мой доклад заинтересовал представителей фонда Национального института здоровья США, и меня пригласили в головной офис NIH в Вашингтоне и предложили начать свой проект по разработке быстрых тестов на выявление возбудителя хламидиоза. В ходе работы была обнаружена проблема технологии: клеток возбудителя, находящихся в материале, слишком мало для исследования – они за пределами чувствительности большинства молекулярно-генетических методов диагностики. Ведь обычно такие образцы – это небольшой соскоб с органов, смыв с конъюнктивы или носоглотки. А ведь человек всё время дышит, глотает... То есть возбудителя на поверхности органов остаётся мало. Поэтому технологии, приемлемые для таких вещей, как тест на беременность, в этом случае неэффективны. Так появилась идея о создании метода совершенно иного уровня», – рассказала о предпосылках создания проекта Валентина Анатольевна.

## МЕТОД СПЕКЛ-ИНТЕРФЕРОМЕТРИИ

Проект основан на беспрецедентной оптической технологии, разработанной Сергеем Сергеевичем Ульяновым. Хотя метод спекл-интерферометрии существует уже ни один десяток лет, к задачам биоинформатики, генетики и



тем более молекулярной диагностики возбудителей инфекционных заболеваний человека и животных он ранее не применялся.

«Суть нашего метода в том, что мы переводим последовательность нуклеотидов в виртуальные рассеивающие поверхности, при освещении лазерным пучком которых формируется уникальная спекл-структура, которая и отражает локальное содержание гена. Если природа записывает информацию четырьмя буквам: А, Т, G и С, то наша технология помогает исходную последовательность нуклеотидов переводить в числовой формат, то есть оцифровывать. Следующий шаг – сравнение спекл-структур между собой, что помогает выявить различия между генами. Данная технология позволяет обнаружить мутацию даже в 1 нуклеотид, однонуклеотидный полиморфизм. Стандартные методы оказались бы в этом случае бессильны. А ведь такие тонкости крайне важны при диагностике заболеваний. Теперь то, на что раньше уходило месяцы, будет происходить практически мгновенно, со скоростью света», – объяснил Сергей Сергеевич принцип работы своей оптической установки, которая не имеет аналогов.

Сам проект посвящён проведению генетической и фенотипической характеристики штаммов хламидий. Долгое время бытовало мнение, что хламидиоз передаётся только половым путем. В действительности это заболевание распространяется многими способами, в том числе контактными, алиментарными (через пищу – например, мясо больного животного) и даже через недостаточно хлорированную воду бассейнов. Сегодня известны 12 видов хламидий, которыми могут быть заражены как люди, так и многие животные, по последним данным, даже земноводные.

«Многие люди инфицированы и не знают об этом. А для заражения всего-то и нужно неосторожно испустаться в бассейне или завести дома больное или инфицированное животное. «Люди часто заражаются от сельскохозяйственных или домашних животных. Последние пять лет эта тема

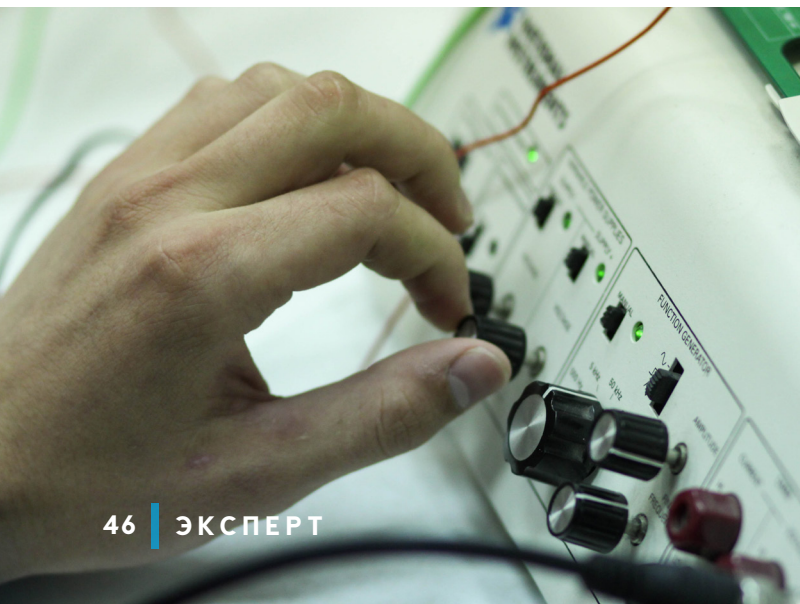
активно поднимается и разрабатывается в научной литературе», – рассказала Валентина Анатольевна.

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Важным аспектом проекта является исследование взаимосвязи заболеваемости хламидиозом и развития онкологических заболеваний. «Наша технология помогает диагностировать опухоль ещё на ранней стадии, когда та состоит всего из нескольких клеточек. Мы отработываем этот метод «ин vivo», то есть на лабораторных животных, прививая им искусственно опухолевые клетки. При изучении хламидий нам нужно понять, есть ли взаимосвязь между хламидиозом и развитием опухолей или стимуляцией их роста в организме человека или животных», – рассказывает руководитель проекта. Также важной частью работы стали исследования изменений и мутаций в генах хламидий под воздействием антибиотиков.

Помимо хламидий группа учёных исследует возбудителей таких серьезных заболеваний как эшерихиозы (кишечная палочка), сальмонеллёзы (сальмонелла), шигеллёзы (шигелла) и иерсиниозы (иерсинии). «Для нас важно, что с помощью этой технологии мы можем наблюдать эволюцию микроорганизмов: как бактерия, чтобы изменить свои свойства для лучшей адаптации, может приобретать какие-то гены или производить в них замену, а также терять часть генома», – рассказала Валентина Анатольевна.

Для руководителя проекта важным является приобщение к данным научным исследованиям молодых учёных – студентов и аспирантов СГУ и СГАУ: «Мы набираем самых одарённых и перспективных студентов, которые хотят заниматься наукой. Вместе с нами они проводят исследования, участвуют в конференциях и конкурсах. Мы с удовольствием предоставляем им такую возможность. Нам важно понять, как молодое поколение смотрит на существующие научные задачи и планирует решать их в будущем». 🇷🇺



“МЕТОД СПЕКЛ-ИНТЕРФЕРОМЕТРИИ СУЩЕСТВУЕТ УЖЕ НИ ОДИН ДЕСЯТОК ЛЕТ, К ЗАДАЧАМ БИОИНФОРМАТИКИ И ГЕНЕТИКИ ОН РАНЕЕ НЕ ПРИМЕНЯЛСЯ”



# ПИКНИК «СГУЩЁНКИ»

7-8 СЕНТЯБРЯ

Подробности ищи  
в нашей группе  
«ВКонтакте»





# РАЗОЧАРОВАННЫЙ КОСМОС





**Сергей Королёв, «Спутник-1», Белка и Стрелка, Юрий Гагарин – это наша история, её знает каждый. Мы привыкли гордиться успехами советской космонавтики, умалчивая о достижениях космонавтики российской. А между тем, Россия производит лучшие в мире ракетные двигатели, осуществляет около 40% всех запусков в космос, разработала одну из трёх глобальных навигационных систем – ГЛОНАСС, не уступающую американской GPS и европейской Galileo. Однако эти и другие результаты исторически не романтизируются и в плане вдохновения проигрывают выходу в открытый космос или высадке на Луне. Неужели мы разочаровались и больше не мечтаем о межгалактических полётах?**

Текст: Агния Кузнецова

Иллюстрация: Соня Рахимжанова @privet\_soya

Инженер-конструктор космического приборостроения ЦНИИ РТК и популяризатор космонавтики Александр Хохлов, выступая на форуме ScienceMedia-2018 с лекцией «Космос снова в моде?», рассказал, почему нам кажется, что внеземное пространство перестали усиленно исследовать, ведь на самом деле это не так. Время первых и самых ошеломляющих открытий, когда космонавтика перешла от «собачьей» к человеческой, прошло. Сейчас сложно представить, что, запуская Гагарина, учёные всерьёз допускали возможность того, что, покинув орбиту, человек может сойти с ума. Так что в российской и зарубежной космонавтике происходит сейчас?

По мнению Антона Первушина – журналиста и автора научной фантастики, всплеск мирового интереса к космонавтике наблюдался в 2000-е годы, благодаря марсианскому триумфу NASA. Один за другим на Марс опустились четыре аппарата, три марсохода — Spirit, Opportunity, Curiosity и автоматическая станция Phoenix. Были сделаны фантастической красоты фотографии красной планеты, мир получил первое марсианское селфи. Для этого Curiosity использовал камеру высокого разрешения, установленную в его роботизированной руке. Селфи было составлено из десятков отдельных фотографий, полученных с разных ракурсов аппарата.

В этот же период зонд Cassini подогревал мировой интерес снимками Сатурна и его колец. В 2017 году, проработав практически 13 лет, он спустился с орбиты в атмосферу Сатурна и сгорел.

Сейчас внимания к космонавтике немного – это факт. Мало позитивных инфоповодов, будоражащих фотографий. Марсоходы постепенно отслуживают свой срок. В 2010 году Spirit не пережил зиму и не проснулся, а человечество, кажется, «застряло» на околоземной орбите.

Причина подобного застоя заключается в том, что космическая программа не окупается, считает популяризатор Александр Хохлов. Сегодня не найдено чего-то настолько ценного, ради чего стоит тратить деньги на освоение космоса дальше земной орбиты, на которой сейчас расположено большое количество коммерческих спутников: от обеспечивающих связь и Интернет до метеорологических.

Фантасты прошлого столетия предрекали XXI веку линейное или даже экспоненциальное развитие космонавтики. Мы сравниваем их прогнозы с действительностью и разочаровываемся. Но были ли они правы?

Ещё в 1938 году было открыто явление логической кривой, которое не было учтено её современниками. Если говорить кратко, то логическая кривая отражает зависимость между затратами, связанными с улучшением процесса, и результатами, полученными от вложенных средств. Вначале, когда средства вкладывают в разработки нового продукта, успехи весьма скромны. Затем, когда в дело идут ключевые для достижения успеха знания, результаты улучшаются скачкообразно. Однако по мере инвестирования в процесс дополнительных средств технический прогресс становится всё более трудным и дорогостоящим.

Это то, что мы имеем в космонавтике сегодня. Замедляет ли логическая кривая освоение космоса? Безусловно. Является ли она тупиком? Нет.

В 2010 году, в книге «Космонавтика XXI» под редакцией Бориса Чертока, была сделана ещё одна попытка прогноза развития освоения космоса на ближайший век. Интересно, что в ходе неё не был учтён такой фактор, как появление частной космонавтики, то есть проектов Илона Маска. А между тем именно Маск, создавая из запусков SpaceX целые шоу, вновь приковывает внимание общественности к космонавтике. Его проекты реализуются один за другим. Одна из самых масштабных миссий SpaceX, планируемая на 2024 год – шумевшая колонизация Марса.

Илон Маск возвращает в космонавтику тот самый «дух авантюризма» и на своём примере показывает, что отдельно взятый человек и его идеи важны. Он вдохновляет на решение проблем застоя в космонавтике, и это то, что нужно именно сейчас: свежие умы и глоток чистого воздуха.



# ПИЦЦА НАША

Почти каждый студент мечтает о месте рядом с университетом, где можно недорого, быстро и вкусно поесть. За большую перемену, длительностью всего лишь 30 минут, нужно успеть куда-нибудь дойти, отстоять очередь, поесть и подготовиться к следующей паре. На ум приходят только бутерброды, которые приходится съедать где-то впопыхах. Решением проблемы озаботились выпускники СГУ – Николай Рамзаев и Юлия Цветкова. Они создали заведения, которые на 100% отвечают всем требованиям студентов и не только.

Текст: София Соколова

Фото: Дарья Зимина, личный архив героев

## SOUPКУЛЬТУРА

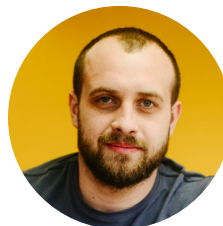


Создатели: Евгений и Мария Ивлевы, Николай и Юлия Рамзаевы

**Евгений:**



**Идея:** Когда мы создавали проект, всё было довольно спонтанно. Задумывали правильный, полезный стритфуд. Вспомнили себя в студенческие годы – ели одни булки. Нам же хотелось сделать что-то, чтобы студенты не «сажали» свои желудки. Суп – основа правильного питания, бабушки всегда учат: первое есть обязательно. Крем-суп удобно пить – взял стаканчик и побежал по своим делам, чтобы не ждать, не ковыряться ложкой, как в кафе. К нам часто заходят семьи, мамы постоянно хвалят супы. Говорят, дома детей не заставишь и ложки съесть, а здесь уплетают за обе щеки. Мы хотим разрушить стереотип о вреде стритфуда.



**Меню:** У нас всё натуральное, без консервантов. Каждый день разные супы – мы сами тщательно выбираем продукты, пробуем. В меню около 20 вариантов, ежедневно мы предлагаем 5 штук на выбор. У нас представлены самые разные супы: куриный, сырный, картофельный с беконом, гороховый с копченостями, томатный, чечевичный, печёная кукуруза, вегетарианский с брокколи, индийский с карри и другие. Также в меню появляется уха, борщ, окрошка. Но у нас не только супы, ещё сэндвичи на закуску, а на сладкое – кофе, печенье и маффины. Недавно появились съедобные стаканчики. Это удобно – пьешь суп и откусываешь, заменяя хлеб. К тому же, это забавно.



**Расположение:** Сейчас в городе две точки – на проспекте Кирова и у СГУ, но мы планируем расширяться. Думаем установиться около всех университетов Саратова, ведь именно студенты – наша целевая аудитория.





**Николай:**



**Продвижение:** Наша самая лучшая реклама – это качество продукта. Гости возвращаются, рассказывают друзьям, коллегам, работает сарафанное радио. Так сразу и не скажешь, чего нам ещё не хватает. Пока кажется, что мы пользуемся достаточной популярностью, а значит, все пожелания клиентов удовлетворены. В Саратове это оригинальное веяние, хотелось сделать что-то, чего ещё нет. Надеемся, что мы здесь приживёмся.



# 20% СКИДКА

НА ВЕСЬ АССОРТИМЕНТ SOUP КУЛЬТУРЫ  
ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ КУПОНА

*\*на правах рекламы*



## КАШЕВАРНЯ



**Создатели:** Юлия Цветкова и Олег Русанов

### Юлия:

«6 лет назад мы с партнёром создали дневной клуб “Дружба”, но хотелось сделать другой проект, сложнее, который можно масштабировать. Название – старое русское слово. Изначально “кашеварня” – это военный термин, часть полевой кухни, где варят кашу. Уже потом оно стало общепринятым словом. “Кашеварня” – массовый продукт, основанный на каше, чтобы менять пищевые привычки россиян. Наша местность даёт нам потрясающее богатство – крупы, но мы почему-то ими не гордимся, не делаем частью своего стола. По своей питательности они – совершенно идеальный продукт, гораздо лучше, например, пасты. Каша отличается от других мучных продуктов тем, что глюкоза, содержащаяся в ней, высвобождается постепенно, не скачками. Крупа поддерживает ровный уровень сахара в крови. Наша еда для тех, кто хочет постоянно оставаться в тонусе, а не лечь спать после принятия пищи. Именно отсюда появился слоган “пицца для умов”. У нас есть не только каши, ещё супы, смузи, салаты. Но концепт остаётся узким, это монокультура. Без сомнения, каша – это залог здоровья. Крупы, свежие овощи и рыба – 3 категории продуктов, которые имеют прямую корреляцию с продолжительностью жизни. Чем больше ты их ешь, тем она выше. Есть и другая сторона вопроса – сейчас здоровый образ жизни скवान критерием “правильного питания”, который диктует, на мой взгляд, искажённые представления о кулинарии. Мы основываемся на традиционных русских вопросах: каша не может быть без масла, сахара. Сытные же каши, например, с курицей и сыром, без сахара, но, опять же, жаренные на масле. Это совершенно точно не стереотипное “правильное питание”, но залог здоровья. Наша кухня не домашняя, но очень понятная, которую рецепторы распознают как привычную. Хотя, конечно, ещё не хватает открытости людей к каше. Но это не их проблема, а наша задача. Если кто-то хочет полюбить кашу, можно просто прийти и попробовать. У нас очень большая “возвращаемость”, значит людям нравится».







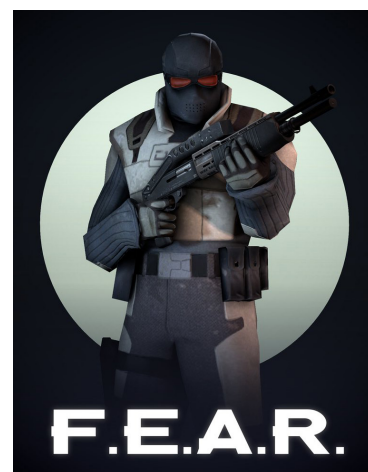
# БЕЗМОЛВНЫЕ СОЛДАТЫ

Что ты слышишь в компьютерной игре? Канонаду взрывов и выстрелы, звук взмахов мечей и звон металла, удары, хруст костей, крики и громкий топот. А чего ты точно не услышишь в некоторых шутерах и даже рпгшках, так это человеческой речи некоторых персонажей. Как раз сейчас я представляю тебе топ безмолвных героев видеоигр. При его составлении учитывались три критерия – отсутствие разговоров, сила персонажа и степень его важности в контексте происходящего. Не будем много болтать, знакомимся!

Текст: Кирилл Кочетов

## ПОЙНТМЕН ИЗ F.E.A.R.

**1** Новый оперативник группы штурмового подразделения первого контакта. С самого начала карьера Пойнтмена не задаётся, ведь первое задание с треском проваливается – отряд погибает, главный герой отрезан от точки эвакуации, повсюду враги, ещё и паранормальная активность зашкаливает. И хотя Пойнтмен новичок, его выживаемость в таких условиях достойна похвалы. Арсенал персонажа включает в себя пистолеты, автоматы, дробовики, гвоздомёты. Может стрелять с двух рук, драться врукопашную и, самое главное, замедлять время. В третьей части объясняется, что Пойнтмен – специально выращенный ребёнок с обострёнными рефлексамми, что и позволяет ему быстро бегать, метко стрелять и обманывать часы. Хотя скорее это не время замедляется, а он сверхбыстро двигается (на манер Ртути из новых Людей-Х). Но в связи с тем, что даже сама игра говорит – Пойнтмен не важен для сюжета и происходящего, только десятое место. Только прошу у разработчиков, пожалуйста, дайте нам F.E.A.R 4!

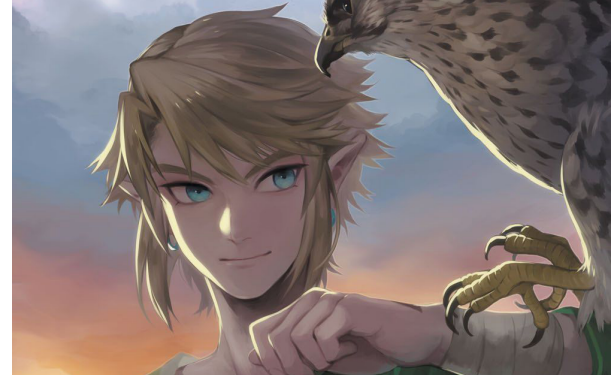


## КУРЬЕР МОХАВЕ ИЗ FALLOUT NEW VEGAS

**9** Почему именно эта часть? В первые две я играл мало, слишком молод, каюсь, в третьей и у главного героя есть отец, мать, и вообще там вся игра о семейных ценностях, а всё, что идёт дальше – откровенная ерунда. Поэтому Нью Вегас и его курьер. Тут близость и немота даёт новый эволюционный круг. Во-первых, теперь героем может быть вообще кто угодно. Парень или девушка, любой расы и любого возраста. Во-вторых, герой вроде как нем, но другим энпси отвечать может. История курьера неизвестна. Ясно только, что до событий игры он работал на казино в Нью-Вегасе. Это экшн-рпг, поэтому, каким будет персонаж, я сказать не могу. Остроумным пройдохой или угрюмым воякой, скрытым вором или каннибалом с портативной ядерной пушкой. В общем, получай своего курьера в мешке, открывай «Ядер-колу», нарежь сладкий рулет и отправляйся покорять постапокалиптический мир.







## 8 АРТЁМ ИЗ «МЕТРО 2033» И «МЕТРО 2033 LAST LIGHT»

Это двадцатилетний парень с патологической жаждой приключений. Он силён, свеж, его разум ещё не замутнён пропагандой той или иной правящей партии Метро, Артёму вообще не до политики. На его родной станции беда – новая угроза планетарного масштаба. И хотя парень никогда раньше не бывал за пределами своей ветки, он даёт обещание себе и Хантеру добраться до Полиса и позвать на помощь. Артём не совсем немой – он ведёт монологи во время экранов загрузок. По геймплейной составляющей, он очень хороший солдат. Стреляет, дерётся тесаком, кидает гранаты. Ещё использует противогазы и приборы ночного видения, меняет броню. В этом топе Артём больше остальных приближен к статусу обычного человека, ведь он замерзает, ему нужно болеутоляющее и, самое главное – он хочет чувствовать. Любовь, радость и веру, что однажды люди победят, что однажды они покинут – метро...

## 6 КОРВО АТТАНО ИЗ DISHONORED

Корво – личный и лучший охранник-ассасин королевской семьи. В результате разгула чумы и падения экономики власть пошатнулась, узурпаторы убили королеву, попутно обвинив в этом Корво. Тот оперативно получил клеймо предателя на щёку, и уже готовился к казни, но в последний момент его спасло Сопротивление, которое желало вернуть прежний уклад. Корво не интересуется властью и политикой – он жаждет вендетты. Корво – отличный мечник, стрелок и душитель, что позволяет ему вершить справедливость, а телепортация, пирокинез, замедление времени и другие способности, полученные от древнего духа, – приятный бонус для расправы над предателями. Всю игру Корво хранит молчание, только изредка делая выбор, который можно объяснить без слов. За месть, за честь, за себя и за Сашку – шестое место.

## 7 ЛИНК ИЗ СЕРИИ ИГР «ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЬДЕ»

Спаситель Хайруля, всех его жителей и принцессы Зельды, убийца полков различных монстров и самого Ганона, но игра всё равно названа не его именем. Бедный Линк. Он эльф, и существует во всех реальностях и временах. Персонаж не умеет говорить, он скорее кричит как чайка. Хотя энписи его понимают, и этого достаточно. Отличается большой выносливостью, владеет мечом, луком, бомбами, рогатками, магией... Линк прошёл множество приключений, некоторые из которых даже пугают. Например, в одной из игр он попадает в мир, где на Землю каждую неделю падает Луна и убивает всё живое, и, чтобы ни делал Линк, цикл не разрывается... А это ведь всего лишь детская игра. За крутизну, помощь во взрослении и управление временем – седьмое место.

## 5 ИЗБРАННАЯ НЕЖИТЬ ИЗ DARK SOULS

Однажды разгорелось Великое Пламя, три почти божественных существа получили из него великие души. С их помощью были побеждены древние драконы, но затем Первый Огонь начал потухать. Хранители великих душ пошли на хитрость, чтобы он не гас, но цикл жизни не обманешь. На всех легло проклятие, люди становились зомби. Их ссылали в дальнюю северную тюрьму, где и находится Избранная нежить, за которую тебе предстоит играть. По преданию, главный герой должен собрать великие души, принести их в нужное место и разжечь первое пламя. Персонаж в основном молчит, но, как и Корво, иногда делает простейший выбор. Может быть колдуном, клириком, вооруженным ассасином, рыцарем, разбойником. «Профессии» можно комбинировать. Ещё он очень вынослив, перекатывается и фехтует. Разжигай костёр, откупоривая фляжку с эстусом, садись под последние лучи солнца и любуйся пятым местом!



## 4 ДОВАКИН ИЗ TES 5 – SKYRIM

Как удачно, что DS и TES стоят рядом в этом топе. Ведь и там, и там избранный связан с древними драконами. Но лор Skyrim не так запутан, а главный герой не так обречён. По преданию, однажды драконы пробудятся и попытаются захватить все миры. Тогда и придёт Довакин – драконоборец, связанный с ними духом и тысячами лет истории. Тут, как и в Fallout, главный герой может быть любого класса и расы. Например, маг-каджит или бретонец-лучник. Сути не меняет. Довакин – избранный до мозга костей. Куда бы он ни пришёл, всё завязано на его личности и способностях. Его характер непонятен: иногда он серьёзен и угрюм, иногда шутит и язвит. Мечи, посохи, все возможные виды магии и брони, а самое главное – крики. Согласно легендам, драконы используют свой древний язык в качестве заклинаний, а чтобы касты действовали, они кричат. Так и Довакин, используя свою сильную диафрагму, произносит эти три заветных слова – Фус Ро Да. Больше ничего не говорит. Я, кстати, тоже так умею – Чет Вёр Тое (место).

## 9 ГОРДОН ФРИМАН ИЗ СЕРИИ ИГР HALF-LIFE

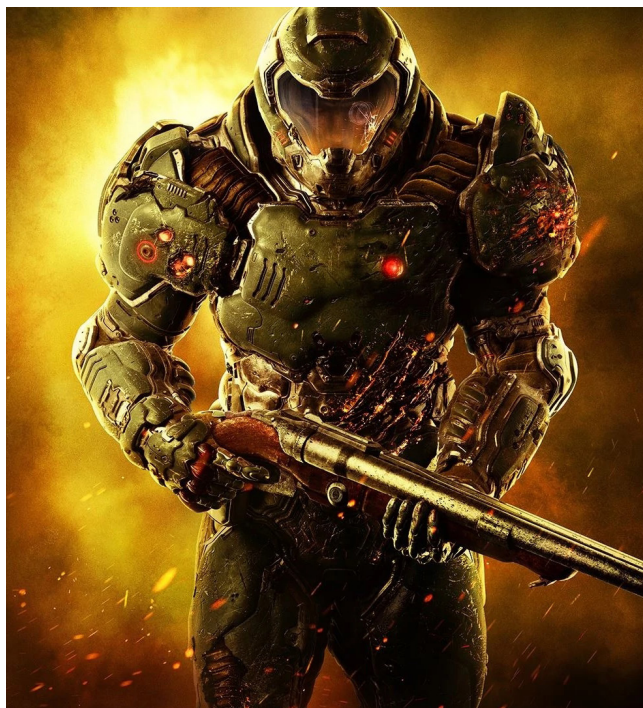
Официально самый немой герой за всю историю игр, ведь почти каждый персонаж ссылается на немногословность Человека Свободы. С помощью своего защитного костюма, фомки, небольшого арсенала и учёной степени по физике, он поднял восстание против общего врага вселенского масштаба, в одиночку противостоял армии США, армии инопланетян, другой армии инопланетян, и ещё одной армии инопланетян. Сам нарёк себя избранным, убив мощнейшего телепата в Междумирье. В отличие от Вейда не боится кучи порталов, прыгает исключительно с приседом. За все вышеописанные качества, а ещё за долгую жизнь в моём сердце – второе место.

## 3 САЛАГА ИЗ FAR CRY 5

В первый раз за серию игр нам предоставили выбор пола персонажа. По сюжету штат Монтана захватывает неизвестная секта под предводительством Иосифа Сиды, эксцентричного Джареда Лето на минималках. Отряд из шерифа округа, маршала полиции, пилота вертолёта и девушки-связистки отправляются на арест Иосифа. Вместе с ними летит и наш герой – новенький в полиции, видимо, помощник шерифа. Все зовут его Салага. На протяжении всей игры он режет, избивает, расстреливает, сжигает, взрывает и топит сектантов, водит машину одной рукой, пилотирует «кукурузник», бегаёт, плавает, прыгает с парашютом и без него. Избранность его подкрепляется намёками персонажей и тонной теорий от игроков и разработчиков. Включай кантри и играй в новый Far Cry, разберёшься, что к чему.

## 1 СОЛДАТ РОКА ИЗ DOOM

Этот парень настолько крут, что по сюжету его гроб приказали охранять вплоть до уничтожения – вдруг проснётся? Он настолько жёсткий и неумолимый, что сам Сатана умолял его о пощаде. настолько молчаливый, что даже когда его поджигают, бьют или разрывают на куски, он не издаёт ни звука. В его броню встроены универсальный переводчик-адаптер, поэтому какое бы оружие он ни взял, какой бы язык ни услышал, какую бы планетарную расу ни встретил, всё мгновенно поймёт. Абсолютно вынослив, обучаем, неостановим. Не испытывает даже малейшей жалости к демонам, но чувствует симпатию к искусственному интеллекту, который ему помогает. Судя по всему, может принять любую форму, но для удобства использует человеческую. Дикое сочетание ужаса и грубой силы. Я могу страницы напролёт описывать, насколько он крут, но скажу просто – первое место! 🇺🇸





# ОЧЕНЬ УМНЫЙ РЮКЗАК

После летних каникул все разбирают рюкзаки и чемоданы, а мы наоборот – собираем. В очередной раз с интересом рассматриваем, что носят с собой на пары студенты разных специальностей.

**Запись:** Алиса Бабенко, Александра Дьякова

**Фото:** Алиса Бабенко

**Локация:** «Кофе это фрукт»



**ИЛЬЯ ВЫСКУБОВ,  
СТУДЕНТ 2 КУРСА  
ФИЗИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА**

**Расчёска и филировочные ножницы** – незаменимые вещи для ухода за своей «гривой». К тому же ножницы можно использовать и в стандартном режиме.

Вечная проблема студентов моей специальности – забывать **миллиметровку** для лабораторных работ, поэтому теперь этот кусок бумаги постоянно со мной.

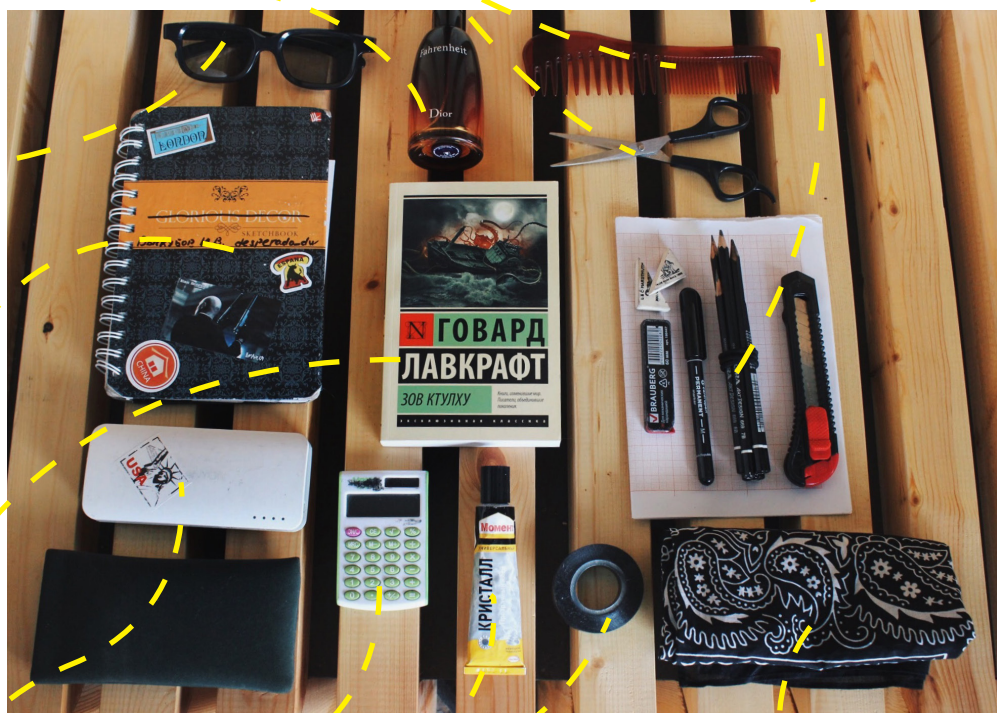
**Парфюм** – главный атрибут мужчины, поэтому он всегда со мной.

Вечная проблема похода в кино – покупка **3D-очков**. Чтобы лишний раз не тратиться, я ношу их с собой, ведь спонтанные походы на вечерний сеанс никто не отменял.

Набор типичного домашнего художника: **скетчбук, карандаши разной жёсткости и ластики**. Постоянно ношу эти «приблуды» с собой, на скучных парах можно развлечь себя полезным делом.

Всегда отдавал предпочтение **книге**, а не бездушным гаджетам. По моему мнению, от прочтения произведения на телефоне теряется романтика и проникновенность самой истории.

Постоянное времяпрепровождение в стенах вуза без возможности найти способ зарядить свой аппарат связи с миром угнетает, поэтому **портативная зарядка** постоянно под рукой.



**Калькулятор** – это «услуга» для старшего поколения преподавателей, которые считают телефон лишь игрушкой.

В жизни не всегда всё клеится, но «**Момент**» и **чёрная изолента** не раз помогали мне в самых неожиданных ситуациях.

**Солнцезащитные очки и бандана-платок** могут спасти от выжигания глаз и простуды, а также это отличные атрибуты, способные украсить образ.





**КСЕНИЯ ХАНЖИНА, СТУДЕНКА  
3 КУРСА ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Очки** – чтобы лучше видеть этот прекрасный мир.

**Секундомер.** Когда по работе учу маленьких детей садиться на шпагат, засекаю по нему время.

Музыка – неотъемлемая часть моей жизни и, конечно же, интересной работы в детском клубе. В институте **колонка** тоже может пригодиться. На репетициях к праздникам и выступлениям очень удобно иметь при себе «аппаратуру». Мне важно слушать правильные ритмы и красиво двигаться в такт.

**Чешки для танцев.** Желание танцевать и придумывать постановки может возникнуть в любом месте и в любое время, поэтому я всегда готова к визиту своей музыки.

Привыкла делать всё по расписанию. Засекать время, за которое я дойду до универа, секунды до конца пары. Эти **часы** даже спешат на 5 минут, чтобы я не опаздывала, но это не помогает.



В любом спорте неизбежны падения. **Наколенники** смягчают удар и защищают от синяков.

**Учебные пособия.** Мне они особенно понадобились на летней практике в детском лагере.





**МАКСИМ ЕРЕМЕНКО, СТУДЕНТ 3 КУРСА  
ИНСТИТУТА ИСТОРИИ  
И МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Постоянно с собой ношу **bluetooth-гарнитуру** для беспроводного подключения любых наушников к любому устройству.

**Тетради и блокнот** нужны для записи лекций. В них же я веду список книг для прочтения.



**Мультитул** выручал меня в разных ситуациях. Например, когда нужно собрать самолёт, катапульту, садовую тачку или просто на вузовских мероприятиях.

**Кнопочный телефон** – экстренное средство связи, если разрядится основной. Особенно полезен в дальних поездках, так как держит заряд вечно.

**iPad** использую для чтения книг и учебной литературы, просмотра фильмов, обработки фото, написания быстрых заметок, работы с текстовыми документами и подготовки презентаций.

В **ежедневнике** я веду записи собраний Совета, заносу туда разные мысли и идеи, расписание мероприятий, плюс использую для набросков планов, если рядом нет телефона.







# ЛЕТТЕРИНГ БЕЗ ОШИБОК

Примерно до десяти лет внутри каждого из нас живёт маленький художник. Потом многие забрасывают карандаши в стол и отдаляются от творчества, предпочитая другие занятия. Но есть те, кто из хулигана, рисующего на обоях, превращается в художника-профессионала. В мире красок и кисточек есть много направлений, с которыми не все знакомы. В этом материале тебя ждёт небольшой мастер-класс по леттерингу от выпускницы Института филологии и журналистики Юлии Власовой.

**Текст:** Алиса Бабенко

**Фото:** автора

**Леттеринг:** Юлия Власова



## ЧТО ТАКОЕ ЛЕТТЕРИНГ

Леттеринг – это графическое начертание букв и знаков, составляющих единую стилистическую и композиционную систему. Само понятие заимствовано из английского и означает «начертание букв». Отличается от каллиграфии тем, что здесь сначала делается эскиз карандашом – всегда можно удалить лишние детали и перерисовать. В каллиграфии буквы сразу пишутся красками.

## ГДЕ ВСТРЕЧАЕТСЯ

Леттеринг появился не так давно, примерно в середине XX века. Сейчас надписи в подобном стиле украшают стены разнообразных заведений, печатаются на открытках и одежде в качестве принтов. Однако сначала леттеринг не использовался как элемент декора или украшения. Его задача была более функциональной. Список блюд и напитков в кафе быстрого питания записывался мелом на грифельной доске от руки. Спустя некоторое время наряду с меню на них стали появляться различные узоры, картинки, изречения и другие привлекающие внимание посетителей детали. На протяжении многих десятилетий леттеринг применялся исключительно в заведениях общественного питания. Сегодня этот приём получил широкое распространение и получил названия меловой леттеринг. Кафе и рестораны продолжают использовать грифельные доски в качестве меню, но надписи всё больше становятся похожи на произведение искусства. Это выглядит стильно и привлекает внимание посетителей. Другая сфера применения необычных начертаний слов – праздничная индустрия: открытки, приглашения, тематические зоны для дней рождений и свадеб, а также рекламная продукция: вывески, баннеры, меню, канцелярия.

## ЧТО НУЖНО ДЛЯ РАБОТЫ

- Бумага. Для открытки лучше брать крафтовую или плотную белую, нежелательно использовать акварельную бумагу
- Карандаш
- Ластик
- Ручки (капиллярные, гелевые), лайнеры, маркер
- Брашпен
- Вдохновение и фантазия

## СОВЕТЫ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ

- Больше смотри на хорошие примеры и срисовывай. Это поможет набить руку и самостоятельно без курсов овладеть искусством леттеринга
- Обязательно практикуйся каждый день. Не обязательно уделять этому много времени. Можно рисовать по ходу учебной лекции или пока не принесли заказ в кафе
- Тренируйся на прописях по каллиграфии. Благодаря им через какое-то время ты сможешь интуитивно угадывать лучшее написание буквы
- Главный принцип рисования букв: вниз – толсто, вверх – тонко. Это действительно важно
- Чтобы провести ровную линию, нужно дышать. Дёрганные линии – одна из главных «новичковых» проблем



# КАК СОЗДАТЬ ОТКРЫТКУ

## ШАГ 1

Берём заготовку для открытки. Определяем общую композицию. На черновике делаем примерный план. Выбираем фразу, которую будем рисовать. Лист бумаги делим на четыре части. У каждого слова определяем центр.

## ШАГ 2

Карандашом наносим фразу на лист. Затем обводим буквы, тем самым придаём им объём. Начинаем их вырисовывать. Можно использовать различные элементы типа «завитушек», наклонов.

## ШАГ 3

Наращиваем толщину букв. Вниз линия толстая, вверх – тонкая, не забываем об этом. Все элементы должны быть одинаковыми. Иногда, если нужно заполнить пространство, то можно отойти от этого правила.

## ШАГ 4

После того, как нарисовали фразу, заштриховали буквы, переходим к заполнению цветом. Здесь уже каждый по своему предпочтению выбирает инструмент. Это могут быть ручки, лайнеры или краска.

Особенно интересным инструментом является брашпен. Он напоминает кисть, иногда его так и называют – ручка-кисточка. Это ручка с чернильным картриджем и наконечником-кистью из полимерного или натурального материала. С помощью нажима художник сам регулирует толщину линии.

## ШАГ 5

Буквы готовы. Заполнить пустоту вокруг можно линиями и точками. Если хочешь придать выразительность нарисованной фразе, рекомендуется создать тень под буквами. Она делается с помощью переплетённых штрихов. Мелкие детали на работе сделают её более выразительной.

## ШАГ 6

Открытку можно оставить в таком варианте или перевести в цифровой формат. Для этого понадобится сканер или камера. После того, как изображение загружено на компьютер, в любой векторной программе можно отрисовать поверхность и добавить дополнительные эффекты.





# ГУД СТРИТ-ФУД



Если ты привык не просто утолять голод, но и по-настоящему наслаждаться едой, для этого существует прекрасный вариант для самых разнообразных вкусовых предпочтений – гурме стрит-фуд. Особенно здорово, что в Саратове появляется всё больше мест, где привычный для студента обед – бургер – представлен сразу в нескольких вариациях, да ещё и по составу может претендовать на очень высокие оценки от самых ярких последователей здорового питания.

Настоящие бельгийские вафли теперь можно отведать и в нашем городе. При этом кафе #ВафлиМясо рушит стереотип о том, что это сладкое блюдо на завтрак или десерт. Здесь ты сможешь выбрать не только из нескольких основ – солёной, сладкой, ржаной, но и миксовать вкусные начинки и дополнения, предлагаемые в большом количестве.

Бургер «Красная мамба» в необычном исполнении – с говяжьей котлетой и фирменным вишнёвым соусом; «Гаввайский» – с куриной котлетой и ананасом; корн-доги с охотничьей колбаской; вафельные пиццы и многое другое. А сладкоежки по достоинству оценят «Брауни», подаваемый со сливочным мороженым, – идеальное сочетание для перекуса перед сложной парой. Рекомендуем попробовать!

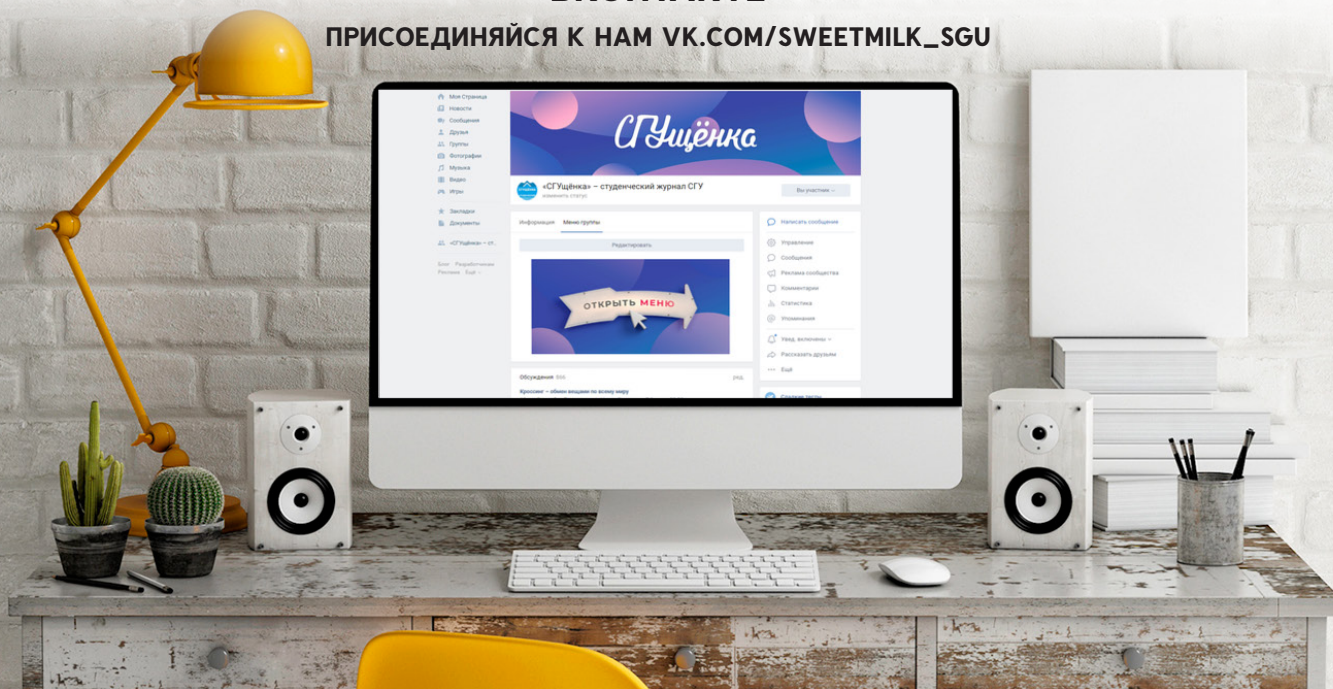


Саратов, ул. Астраханская, 81  
+7-902-048-04-94 | 8:00-20:00  
(доставка с 11:00 до 18:00)  
@vaflimyaso | #вафлимясо

*\*на правах рекламы*

## ЖУРНАЛ «СГУЩЁНКА» В КОНТАКТЕ

ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К НАМ [VK.COM/SWEETMILK\\_SGU](https://vk.com/sweetmilk_sgu)





# ДОКАЖИ, ЧТО ТЫ НЕ ФЕЙК

Британский журналист и режиссёр Джон Ронсон однажды выступал на TED Talks. Его монолог начался с истории о том, как, находясь в гостях у подруги-психолога, он взял в руки книгу по всем известным психическим расстройствам. Всего их было 374. Бегло пролистав страницы, Ронсон насчитал у себя 12. Он загибал пальцы, а я с удивлением обнаруживала схожие синдромы у себя. Это продолжается и сейчас, я читаю очередную статью по психологии и думаю, что тоже сталкивалась с подобным. Поэтому я решила проявлять бдительность к поступающей информации и понять, может ли человек самостоятельно определить свою проблему и избавиться от неё. Давай разберемся вместе на примере самого распространённого – «синдрома самозванца».

Текст: Агния Кузнецова

Иллюстрации: Елена Пицик

Понятие «синдром самозванца» впервые было введено в 1978 году двумя американскими психологами – Паолин Клайнс и Сюзан Аймс для описания феномена, при котором успешные люди чувствовали, что на самом деле недостойны своего места, и не могли принять собственных достижений.

Сегодня по общим данным подобным мыслям подвержено более 70% людей, в их числе такие популярные личности, как актриса Эмма Уотсон, сценарист культового комедийного сериала «Теория большого взрыва» Чак Лорри, британский комик Томас Купер и генеральный директор Всемирной организации здравоохранения Маргарет Чан. Характерными признаками «синдрома самозванца» обладал учёный-физик Альберт Эйнштейн.

В научно-популярных статьях к симптомам «синдрома самозванца» обычно относят следующие:

- ▶ человек не верит в свои достижения и успехи, он склонен списывать всё на удачное стечение обстоятельств или ошибку,
- ▶ в любой критике «самозванец» видит прямое доказательство своей непригодности и страдает даже из-за мелких недочётов,
- ▶ добившись очевидного успеха, он будет чувствовать, будто бы всех обманул,
- ▶ такой человек испытывает тревожность и уверен, что про его «мошенничество» скоро все узнают, и это только вопрос времени.







Но что же такое «синдром самозванца» в действительности? Разберёмся вместе с экспертом Натальей Михайловной Голубевой, ассистентом кафедры педагогической психологии и психодиагностики, практикующим психологом:

«На самом деле формулировка “синдром самозванца” в своё время была введена социальными психологами для того, чтобы описать подобное явление с точки зрения академической науки, но такой нозологической единицы не существует. То есть никому нельзя поставить “синдром самозванца” как психологический или клинический диагноз, хотя с подобными переживаниями в той или иной форме сталкивается множество людей».

Когда врач ставит диагноз, он опирается на номенклатуру и классификацию принятых медицинским сообществом болезней. Психолог или психотерапевт при постановке диагноза ориентируется на функциональную модель личности, исходя из теоретического подхода, в котором работает. И то, что в литературе описано как «синдром самозванца», для специалиста просто скажет о наличии серьёзных внутренних конфликтов. Уровень организации личности при этом может быть любым: от психотического до вполне компенсированного и хорошо адаптированного невротического.

Ключевой проблемой, с которой сталкиваются люди, переживающие такой вариант нарушенной идентификации, чаще всего является перфекционизм, как приобретённая копинг-стратегия, основанная на инфантильных защитных механизмах.

Если ты придёшь с подобной проблемой к психологу, то он, безусловно, откликнется на запрос, но будет стараться помочь тебе его конкретизировать, выяснить, что необходимо, чтобы качество твоей жизни в целом улучшилось. Это не будет «работа с “синдромом самозван-

ца”». Действия будут направлены на гармонизацию самооощущения и выработку новых творческих стратегий поведения, подходящих именно тебе. Обществу важно понять, что обращаться за помощью к специалисту – нормально. Это не показатель слабости, а, напротив, один из признаков психического здоровья.

Внутренний конфликт зачастую выливается в кризис, справиться с которым самостоятельно и без потерь просто невозможно. Человек может выходить из него либо конструктивно, повышая уровень своего функционирования, либо деструктивно, заземляя проблемы алкоголем – классический пример. Возможно, это приносит людям некоторое утешение, но не повышает качество жизни.

«Ко всему прочему, психотерапевтические отношения абсолютно уникальны, не похожи ни на какие другие: они выстраиваются максимально близкими и открытыми, но при этом не на интимно-личностной базе, как это бывает в обычной жизни, а на профессиональной основе. В конце концов, психологи тоже ходят к психологам», – с улыбкой заключает эксперт.

Следи за своим психическим здоровьем так же тщательно, как и за физическим, твоё эмоциональное состояние не менее важно. И если распространённый в статьях и блогах «синдром самозванца» смог натолкнуть тебя на размышления о внутренних конфликтах и побудил к их разрешению, то тема популярна не зря. 📖

**“ НА САМОМ ДЕЛЕ ФОРМУЛИРОВКА «СИНДРОМ САМОЗВАНЦА» В СВОЁ ВРЕМЯ БЫЛА ВВЕДЕНА СОЦИАЛЬНЫМИ ПСИХОЛОГАМИ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ОПИСАТЬ ПОДОБНОЕ ЯВЛЕНИЕ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ АКАДЕМИЧЕСКОЙ НАУКИ, НО ТАКОЙ НОЗОЛОГИЧЕСКОЙ ЕДИНИЦЫ НЕ СУЩЕСТВУЕТ. ТО ЕСТЬ НИКОМУ НЕЛЬЗЯ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ «СИНДРОМ САМОЗВАНЦА» ”**



# И ЭТО А-А-АВТОМОБИЛЬ!

Те из нас, кто не мечтает о телепортации или умении трансгрессировать и верит только в суровую реальность, хоть раз да задумывались о личном транспорте. И вот ты скопил нужную сумму/получил наследство/услышал заветную фразу от Якубовича (нужное подчеркнуть) и получил водительское удостоверение. Но когда появляются возможности для приобретения авто, сразу же встаёт и проблема выбора – как, где, какую машину купить. Если ты не очень подкован в этих вопросах, раскладываем по полочкам, к чему нужно готовиться.

**Текст:** Влад Корогодов, Илья Лопаткин

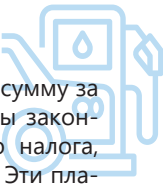
**Фото:** Валерии Шугуриной



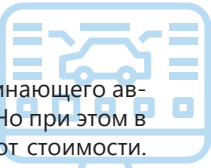
**С пробегом или новая.** Первая машина – наработка опыта для водителя, обкатка мастерства и умений. Сам того не замечая, начинающий водитель может быть неаккуратен в эксплуатации авто, поэтому новичкам лучше выбирать недорогой б/у автомобиль. Двух-трёхлетний автомобиль с небольшим пробегом стоит от 15% до 30% меньше, чем точно такой же новый. Да и ремонт таких машин обойдётся дешевле. Идеальным подержанное авто не бывает! Без вложений не обойдётся. Но в тоже время при покупке первого авто «с памятью», ты сможешь научиться замечать проблемы транспорта и устранять их. Если тебе всё же хочется ощутить запах нового салона, придётся знатно потратиться, так как цены на автомобили с каждым годом понемногу растут.



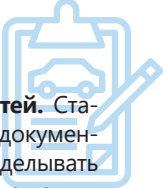




**Затраты.** Отдав даже очень значительную сумму за автомобиль, не думай, что на этом твои траты закончились. Нужно учитывать оплату дорожного налога, ОСАГО и стоимость прохождения техосмотра. Эти платежи осуществляются ежегодно. Ещё нужно прибавить затраты на бензин, моторное масло, тормозную жидкость, автомойку, детали, которые быстро приходят в негодность, сезонные шины, аксессуары для ухода за авто, возможные штрафы и ремонт в случае повреждений. Хорошо подумай, сумеешь ли ты не только купить машину, но и поддержать её на ходу.



**Цена.** Оптимальная цена авто для начинающего автомобилиста – от 70 до 170 тысяч рублей. Но при этом в выборе следует отталкиваться не только от стоимости. Подожди, обдумай все. Обрати внимание на владельца. Люди в возрасте и женщины, скорее всего, больше ухаживали за машиной. Бывает, что слишком дешёвый вариант – не знак, что машина плохая, но чаще всего дело именно в этом. Умей торговаться. На вторичном рынке цену можно сбить довольно сильно, особенно если ты укажешь на недостатки, которые продавец старался скрыть или не указал в описании. Сумма может сразу уменьшиться на 3–15 тысяч.




**Безопасность и страховка от неприятностей.** Ставить авто на учёт в ГИБДД лучше с продавцом. В документах могут найти неточности, тогда придётся переделывать договор, а его можно переписать только в присутствии покупателя и продавца. И для тебя, и для бывшего владельца так будет спокойнее. Проверяй авто по базе данных, особенно когда машина слишком привлекательна в цене и не имеет видимых недостатков. Независимо от осмотра, попроси у владельца авто госномер, номера ПТС и СТС. На сайте ГИБДД можно пробить все данные и узнать, не числится ли за машиной штрафов, аварий, угон, не находится ли она в аресте. Постарайся заручиться при покупке поддержкой специалиста или помощью человека, который хорошо разбирается в автомобилях. Если люди постоянно проводят ремонт авто, при осмотре у них больше шансов увидеть даже неявные недостатки. В любом случае не спешите. Дело достаточно серьёзное, нужно посмотреть как можно больше вариантов, чтобы найти максимально выгодный, надёжный и подходящий твоим запросам транспорт.

**Денис Маценко, корпоративный менеджер автосалона Ford:** «Покупка машины из салона имеет ряд плюсов и минусов. Когда ты обращаешься к официальному дилеру любой марки, тебя ожидают юридическая чистота, прозрачность сделки, полноценная гарантия на автомобиль, хорошее обслуживание, оформление страховки ОСАГО и КАСКО на месте, возможность выбрать желаемые параметры автомобиля: цвет, комплектацию, дополнительные опции. Но это всё ведёт к высокой стоимости, так как автомобиль без пробега, и эту стоимость никак нельзя снизить – базовая цена фиксированная».

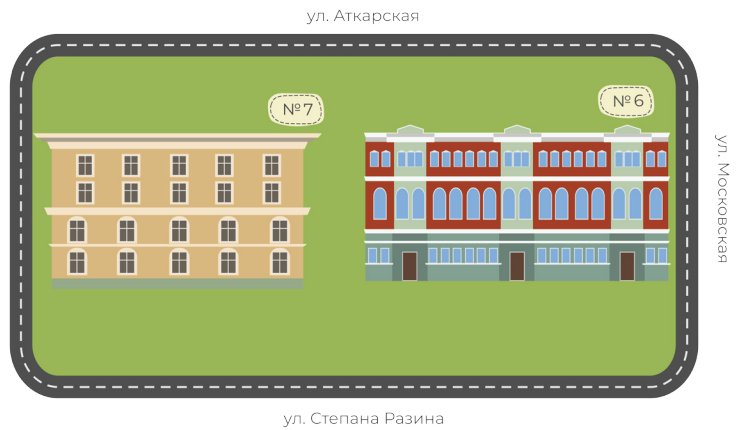
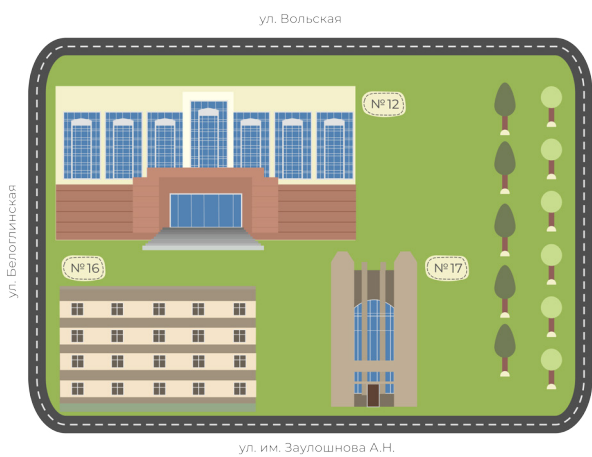
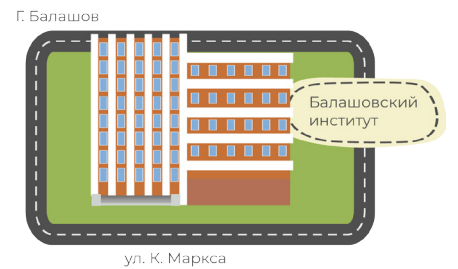
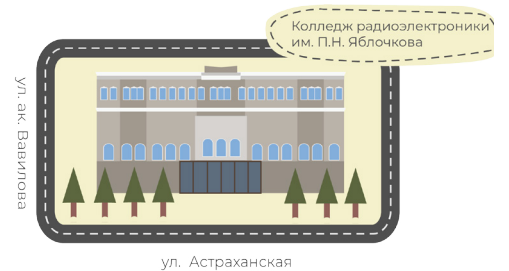
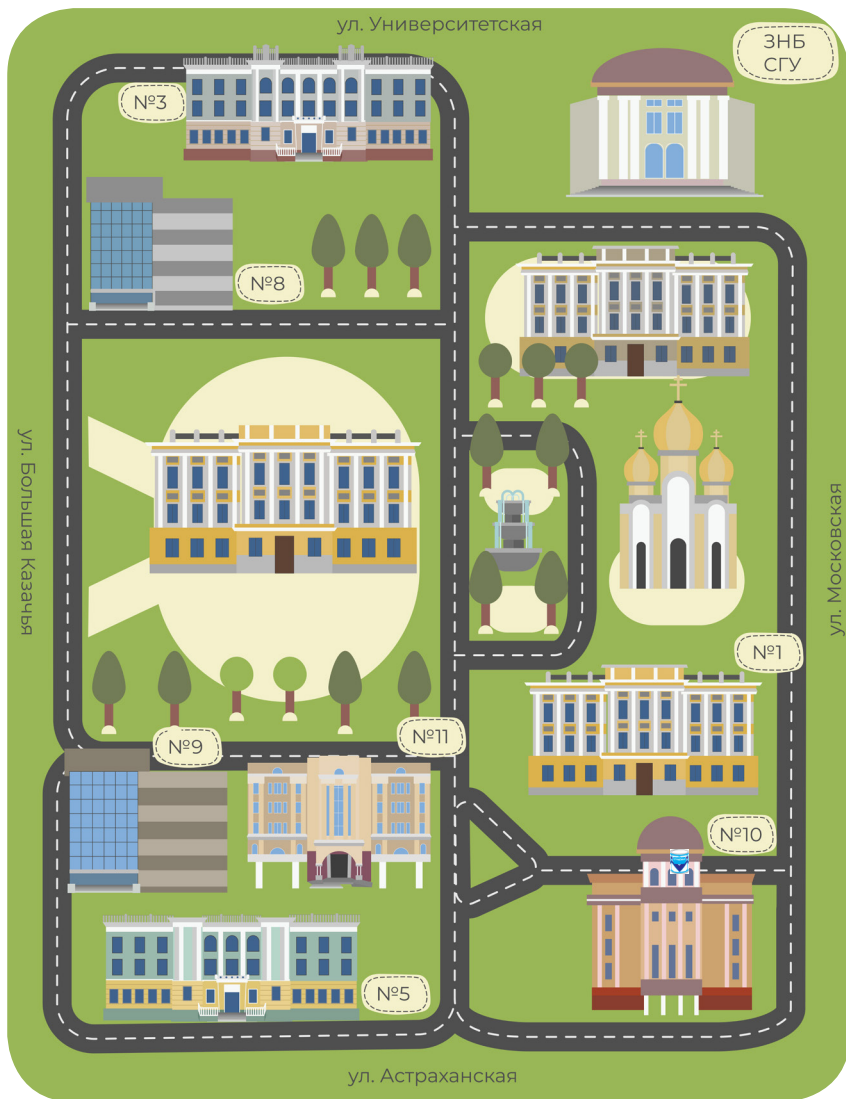


**Характеристики и комплектация.** Стоит обратить внимание на выбор различных удобств: подогрев руля, сидений и лобового стекла, кондиционер, парктроники и множество других дополнительных вещей. Всё это повышает цену, поэтому стоит выбирать только самое необходимое, без чего ты никак не сможешь обойтись. Относительно коробки передач – автоматическая намного комфортнее, но она также добавляет сумму к стоимости машины. Если ты располагаешь дополнительными средствами на приобретение автомобиля с автоматом, покупай его. Подумай о том, где тебе предстоит ездить – на неидеальном дорожном полотне ты будешь комфортнее себя чувствовать в машине с мягкой подвеской и достаточно высоким клиренсом – расстоянием от самой низкой точки автомобиля до земли. Сердце транспорта – это двигатель, который следует изучить очень тщательно. У двигателя с большим объёмом и мощностью будет очень большой расход бензина и масла, что очень сильно скажется на затратах. Поэтому первое транспортное средство при ограниченном бюджете лучше выбрать с маломощным двигателем.

**Артём Маслов, магистрант 2 курса ФНБМТ:** «Я начал копить деньги на покупку автомобиля с самого начала студенческой жизни. Общался со знакомыми, которые уже не один год за рулём, изучал литературу и статьи в Интернете, но, на мой взгляд, этого совсем недостаточно. Живая эксплуатация и опыт непередаваемы, ведь в дороге может произойти всё что угодно, даже то, чего ты и предположить не мог. Сначала я думал только о покупке транспорта без пробега, но позволить себе его не смог. Начался поиск б/у автомобиля. Выбор машины – это целая наука, и если ты покупаешь свой первый автомобиль, даже если ты долго готовился, всё равно есть все шансы что-то забыть, поторопиться, не заметить те самые нюансы авто, которые откроются в ходе эксплуатации. Я считаю, в первую очередь стоит обращать внимание на крепления, которые имеют лакокрасочное покрытие. Его неоднородность или сколы сигнализируют о том, что элемент ремонтировался. При просмотре автомобиля забудь о стеснении, или придётся потратить круглую сумму, когда этот автомобиль уже станет твоим. Можно спокойно разобрать пластиковые элементы, под которыми иногда прячутся очевидные следы сварки, которых быть не должно. Пользуйся толщиномером – не очень эффективный способ, но лишним не будет, можно обнаружить, что авто перекрашивали или подкрашивали отдельные места. Если есть возможность, сделай пробный прокат. Во время поездки вскрываются многие дефекты: плохая управляемость, посторонние звуки, скрипы и многое другое. Не жалея времени заглянуть под капот и проверить давление в шинах. Это уберёжет не только от лишних затрат, но возможно даже спасёт жизнь».







Иллюстрации: Елены Пицик



ДЕЛАЙ  
СОЧНО



СДАВАЙ  
ДО СРОЧНО