

ЖУРФАК

№1



Где бы побегать?

Подборка Петербургских мест для занятий

стр.13

**Зачем выбирать, когда можно
совместить.**

Интервью с хормейстером-фармацевтом

стр.29

Анархизм в музыке

Ликбез по жанрам

стр.3

**Существует ли
идеальный человек?**

стр.32

БИБЛИОТЕКА ДРУЗЕЙ



Екатерина Орлова
филолог, журналист,
автор проекта «Журфак»

«Нужно делиться знаниями» — подумала я и решила создать курсы для подростков, для которых слова «журналистика и вёрстка» что-то значат.

«Журфак» — это не про школьные сочинения.

Прежде, чем научиться писать тексты, нужно научиться видеть качественный текст в информационном шуме.

Наш курс про то, как замечать главное, как искать уникальную информацию, как доказать свою точку зрения, как избавиться от страхов и научиться не только слышать, но и слушать. И вот после всего этого наш курс про то, как писать хорошие тексты.

Я горжусь каждым. Горжусь учениками, которые в течение курса перестали ходить на занятия. Горжусь преподавателями, которые, как и я любят делиться знаниями. Больше всего горжусь теми, чьи тексты вошли в этот выпуск. Мы сохранили их авторский слог, чтобы спустя годы они заметили, как выросли профессионально. Как увеличивается их словарный запас и опыт.

Навыки, которые ученики освоили за время обучения на курсе помогут им в самых неожиданных областях.

Спасибо, что были с нами!



Денис Малинко
дизайнер, иллюстратор

Мне нравится мысль о том, что визуальность играет большую роль в восприятии человека. Прежде, чем прочитать текст — мы берем в руки журнал, газету или книгу. И вот от того, насколько грамотно дизайнер пользовался инструментами визуализации при работе над печатным изданием, завист то, насколько текст будет приятно читать. Мне стало любопытно — найдутся ли на курсе те, кто проявляет интерес к аспекту вёрстки и дизайна. И такие нашлись! Не все, признаться, дошли до финала, но я и предупреждал, что творческая работа, порой, включает в себя некоторый сумбур и требует времени. Надеюсь, что их не спугнули подобные реалии. Им я желаю удачи.

А тем, с чьей помощью вы держите этот выпуск в руках я говорю большое спасибо.

Во-первых, потому что дизайн и вёрстка — это обширное поле с колоссальным количеством информации, которую не успеть усвоить и преподнести даже за то время, которое мы работали вместе. И вот в условиях спешки, разрозненности информации и требования правок, ребята справились более чем хорошо. Это большой успех. Учитывая то, что в начале пути представление о вёрстке было весьма пространное.

Во-вторых, потому что те, кто участвовал в дизайне журнала ещё и писали к нему тексты. Вау! Это впечатляет. Ребята находили время на оба фронта и делали всё отлично! Это достойно похвалы. Я доволен результатом.



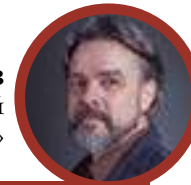
Анастасия Арашкевич
филолог, журналист

Магия вне Хогвартса

Я помню нашу первую встречу за большим столом в библиотеке. Мы — четыре куратора, как четыре декана Хогвартса, рассказываем, чем будем заниматься и пытливо расспрашиваем ребят, о чём же они сами хотят писать, говорить и услышать. Сначала было много вопросов на непростом пути зарождения редакции. Но ещё было больше идей и планов! Так, на энтузиазме начались первые пары — лекции от кураторов. Как найти интересную тему для материала? Почему заголовок так важен? Что такое лид, колонтитул и шанка? Хотелось рассказать, обсудить, попробовать как можно больше. Этакий сжатый курс четырёхлетнего образования реального журфака за несколько месяцев нашего импровизированного.

Да, пусть мы играли в настоящую редакцию, пусть не по всем правилам, с пропущенными дедлайнами, спорами о названии и незамеченными ошибками, но зато с большим азартом! Когда ребята только пришли на курс, у многих не было никакого представления о том, как писать тексты для газеты и создавать медиaproduct. Зато сейчас даже если кто-то не нашёл в себе желания быть журналистом, то хотя бы овладел навыками поиска информации, критического мышления, проверки фактов и понял их значимость. Ведь пытливость ума и креативный подход к задаче нужны не только хорошему журналисту. Они необходимы каждому человеку в нашем информационно насыщенном мире!

И я верю, что ребята, пробуя себя в первых текстах, формулируя мысли, создавая смыслы, не потеряются в этом мире и найдут ответы на свои вопросы! Ведь как говорил Альбус Дамблдор, слова — наш самый неиссякаемый источник магии, способный одновременно причинить боль и вылечить её. Берегите эти знания и распоряжайтесь магией слова с умом и заботой о читателях!



Андрей Зернюков
Главный редактор «Строительный комплекс Санкт-Петербурга»

На курс ребята пришли все разные. Кто-то пришёл со своими творческими идеями и высокой мотивацией, кто-то пришёл попробовать себя, кого-то привели родители. Тем интересней была задача их сплотить и увлечь общей работой. Рад за ребят, у которых все получилось, кто дошёл до конца, кому был полезен наш курс.

СОДЕРЖАНИЕ

ИСКУССТВО

Анархия в музыке.....стр.3

СПОРТ

Где бы побегать?

Подборка Петербургских мест для занятий бегом.....стр.13

ЖИВОТНЫЕ

Найти друга в «Друге».....стр.21

Полезно и весело: конные прогулки.....стр.23

ОБЩЕСТВО

Зачем выбирать, когда можно совместить

Интервью с Павлом Назаренко.....стр.29

Шейминг в интернете

и как с ним бороться.....стр.31

Существует ли идеальный человек?.....стр.32

Анекдоты.....стр.33





Страница Библиотеки Друзей во ВКонтакте



Дизайн и вёрстка выпуска: Анна Юркова, Гулсел Аскомбаева, Денис Малинко

ИСКУССТВО



АНАРХИЯ В МУЗЫКЕ

Автор: Анна Юркова

Музыкальные анархисты нашего времени - композиторы, не знающие никаких внешних границ и только внимающие своему внутреннему голосу, выражающему творческое "я".

Ф.А. Гартман



Что вы представляете себе, когда слышите слова «анархия» и «анархизм»? В представлении многих людей эти слова неразрывно ассоциируются с хаосом, насилием и разрушением. Анархист, в представлении некоторых обывателей – это некий субъект с битой на плече, протестующий против власти, моральных ценностей, законов и крушащий все вокруг, но так ли это на самом деле?

Анархизм, прежде всего, исходит из свободы человеческой личности. Свободы не только от запретов, репрессий, власти, но и свободы для самовыражения, реализации своего внутреннего потенциала без каких-либо внешних ограничений. Для анархистов свобода одного человека предполагает свободу другого человека и не может ею ограничиваться. Свобода каждого есть условие для свободы всех. И свобода всех, в свою очередь, есть условие для свободы каждого. Поэтому нельзя заставить человека стать анархистом насильственно, ведь сама идея анархизма исключает любое принуждение.

Аналогично, понимание анархии, как хаоса, в корне неверно.

«Анархия — это не хаос, это порядок без господства»¹. Речь идет о модели, которая предполагает самоопределяемое, самоуправляемое существование людей в обществе без принуждения и насилия над ними. Анархизм исключает любую иерархию, но не усредняет человека. Это, своего рода, равенство разного.

Каждый человек имеет право голоса, и мнение каждого важно. Существует множество различных течений и взглядов на анархизм, но его философская основа заключается в том, что люди могут соединяться друг с другом и составлять общества не по принципу господства друг над другом, а на основе взаимодействия, рационального соглашения и гармоничного обустройства отношений друг с другом и с окружающим миром.

И не удивительно, что анархизм издревле ассоциировался с искусством. Ведь он предполагает полную свободу самовыражения, отсутствие запретов и рамок, что так важно для искусства.

«ЛЮБОЕ ИСКУССТВО АНАРХИЧНО, ЕСЛИ ОНО КРАСИВО И ИСПОВЕДУЕТ ДОБРО»

КАМИЛЬ ПИССАРРО

В наше время молодежь и не только в большинстве своем узнает о какой-либо идеологии из текстов любимых групп, и только потом начинает читать книги и разбираться с этим глубже и подробнее.

С анархией все обстоит примерно таким же образом. Рок-музыка может являться проводником социальных и политических свобод в общественное сознание. В большинстве своем анархическая музыка – это панк-рок и различные его производные.

¹ Иммануил Кант — цитата

² Отрывок из песни Sex Pistols – Anarchy in the U.K.

Примерный перевод:
«Даешь анархию в Соединенном Королевстве!
Когда-нибудь она наступит и, может быть,
Я выбрал не то время, чтобы перекрыть движение,
Твои мечты о будущем – это список покупок,
Но я хочу быть анархией!
Она уже в городе,
Как много способов получить желаемое,
Я использую лучшее, я использую остальное,
Я использую NME (популярный музыкальный журнал, звучит как «енему» – «враг»),
Я использую анархию,
Потому что я хочу быть анархией,
Это единственный способ существования»

Рассмотрим наиболее яркий пример анархической музыки – анархо-панк:

После появления панк-рока в Великобритании в 70-х годах произошел резкий рост популярности анархизма. В песнях группы Sex Pistols «Anarchy in the U.K.» и «God Save the Queen» слышен первый открытый призыв к анархизму:

«Anarchy for the U.K.!

It's coming sometime and maybe
I give a wrong time stop a traffic line
Your future dream is a shopping scheme
Cause I wanna be anarchy,
It's in the city
How many ways to get what you want
I use the best I use the rest
I use the NME
I use anarchy
'Cause I wanna be anarchy,
It's the only way to be»²

///

«God save the queen
The fascist regime
They made you a moron
Potential H-bomb

God save the queen
She ain't no human being
There is no future
In England's dreaming»³

Эти песни стали своеобразными гимнами панк-движения. В них ярко слышен протест миру, в котором родились и выросли музыканты. Они нашли отклик в сердцах молодежи того времени, которая была недовольна сложившейся в стране ситуацией. Люди тонули в бедности и безработице, поэтому совершенно естественно, что молодежь бунтовала и боролась за свою свободу.

³ Отрывок из песни Sex Pistols – God save the queen.

Примерный перевод:
«Боже, храни королеву,
Фашистский режим,
Они сделали тебя идиотом,
Потенциальная водородная бомба.
Боже, храни королеву,
Она не человек,
Будущего нет
В мечтах Англии»

А первой панк-группой, разъяснившей серьёзные анархистские и пацифистские идеи была Crass — британская рок-группа, считающаяся «самой радикальной и бескомпромиссной» из групп первой волны британского панк-рока.

В отличие от Sex Pistols, которые лишь призывали к анархии, Crass были «действующими» анархистами. Они обличали политику правительства, милитаризм, социальное устройство общества и конформистов в панк-роке. И хотя сама группа критиковала субкультуру панков и молодежную культуру в целом, их анархистские идеи оказали большое влияние в панке.

Со временем из анархо-панка развились новые направления, но все они придерживались определенной идеологии.

Анархо-панк включает в себя самые разные формы анархизма. Анархо-панки придерживаются антифашистских взглядов, поддерживают борьбу за права животных, борьбу против гомофобии, феминизм, защиту окружающей среды, рабочее самоуправление, антивоенное движение и движение антиглобалистов. Они критикуют недостатки панк-движения, такие как аполитичность, излишнее внимание к внешнему виду, а также критично относятся к другим молодёжным массовым субкультурам в целом.



«You talk about your revolution, well, that's fine
But what are you going to be doing come the time?
Are you going to be the big man with the tommy-gun?
Will you talk of freedom when the blood begins to run?
Well, freedom has no value if violence is the price
Don't want your revolution, I want anarchy and peace
You talk of overthrowing power with violence as your tool
You speak of liberation and when the people rule
Well ain't it people rule right now, what difference would there be?
Just another set of bigots with their rifle-sights on me»⁴

Некоторые анархо-панки поддерживают стрейт эдж⁵, утверждая, что алкоголь, табак, наркотики и распущенность являются инструментом угнетения и саморазрушения, потому что затуманивают разум и мешают сопротивлению человека другим видам угнетения.

В России нужно отметить сибирский панк. К нему относятся группы «Гражданская оборона» и «Анархия», которые были основаны Егором Летовым — человеком, повлиявшим на появление сибирского панка как движения, которого называли «голосом поколения». Он так или иначе участвовал в записи большинства сибирских рок-групп того периода.

«Это — провокация, это — саботаж!
Ленин гальванический мечется в гробу.
В нашу конституцию впиваются враги
Неча церемониться — надо нас убить.

Ибо наша правда
Наша вера
Наше дело — Анархия!»⁶

Хотя изначально анархо-панки поддерживали пацифизм, он не является обязательным для всех анархо-панков.

В музыке им не столь важна сама музыка и техника игры, сколько посыл песни, ее смысловая нагрузка, ведь через нее они пытаются донести до масс свою идеологию и убедить людей в ее правильности.

И хотя считается, что сегодня панк, как контр-культура, перестал существовать, идеология панков по-прежнему живет в сердцах многих людей.

"В искусстве должно приветствовать принцип анархии. Только этот принцип может привести нас к сияющему будущему, к возрождению"

Ф. А. ГАРТМАН

⁴ Отрывок из песни Crass – Bloody Revolutions.

Примерный перевод:

«Вы говорите о своей революции, ну это нормально,
Но что вы собираетесь делать в этот момент?
Собираетесь ли вы стать большим человеком с автоматом?
Будете ли вы говорить о свободе, когда кровь потечет?
Что ж, свобода не имеет ценности, если насилие - цена.
Не хочу твоей революции, я хочу анархии и мира,
Вы говорите о свержении власти насилием, как о своем инструменте,
Вы говорите об освобождении, и когда правят люди.
Ну разве сейчас люди не правят, какая разница?
Просто еще одна группа фанатиков с прицелом на меня»

⁵ Straight edge - философское ответвление панк-культуры, возникшее как реакция на сексуальную революцию, гедонизм и другое отсутствие воздержанности, связанное с панк-роком, основой которого является идея самоконтроля.

⁶ Отрывок из песни группы Гражданская оборона – Анархия.

ЖУР—

FUCK THE
SYSTEM



СКАНИРУЙ И СЛУШАЙ:
МУЗЫКАЛЬНАЯ ПОДБОРКА АВТОРА



Спорт

В последнее время прослеживается тенденция развития спорта — фитнес клубы, спортплощадки, парки и стадионы заполнены начинающими и профессиональными спортсменами. У каждого для этого своя причина. У кого-то проблемы со здоровьем, кому-то всегда нравилось заниматься спортом. Кто-то хочет начать жизнь с чистого листа, а кто-то настолько преисполнился в своём сознании, что как будто живёт здесь миллионы миллиардов лет и готов на всё, что угодно.

Кого-то заставили родители. Шутка (есть доля правды).

Во всем спортивном многообразии наибольшую популярность завоевал бег. Это очевидный выбор большинства как самый лёгкий и доступный вид спорта. Но для того, чтобы начать бегать нужно учесть множество факторов: сколько стоит форма? В чем нужно бегать?

Как лучше бегать начинающим? И в каких местах это делать?

Внимание!!! Перед занятием спортом обязательно проконсультируйтесь со специалистом. Издание не несёт ответственность за ваше здоровье, мы предоставляем вам общую информацию о местах для бега и не призываем ни к чему плохому. Обязательно делайте разминку перед любым занятием спортом и берегите своё здоровье. Всё, что здесь написано – это мнение автора. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора.

Первое, что приходит в голову начинающему бегуну — бег на улице. Это самый лёгкий и простой вариант места для пробежки. Но у него есть минусы:

- Во-первых, климат. Петербург — это город непредсказуемой погоды. Вы можете попасть под внезапный дождь, ливень или ещё хуже град. В любом случае вы должны подбирать правильную экипировку в зависимости от погодных условий.
- Во-вторых, состояние улиц — пыль, мусор, трещины в асфальте, и т. д. Перед пробежкой рекомендую пройти весь маршрут пешком. Так вы сможете понимать, есть ли на вашем пути помеха и можно ли её решить.
- И в-третьих, к бегу нужно готовиться — изучить технику, научиться правильно дышать, сделать разминку.

Важно понимать, что это не так просто. Для начала, вам нужно привыкнуть к обстановке, при которой вы бегаєте по улице без остановок и одышки.

Даже после того, как прошёл зимний сезон (период времени, когда спортсмены тренируются только в зале), спортсмены **ПОСТЕПЕННО** переходят на улицу понимая, что им будет сложно сразу влиться в «уличный бег» — смена климата, смена обстановки, смена экипировки.



Про места для бега я знаю достаточно, чтобы проинформировать начинающих. Меня зовут **Семён Пятков**, я легкоатлет ЦФК Московского района.

Я составил свой рейтинг мест где можно начать заниматься бегом. Начнём?

ГДЕ БЫ ПОВЕГАТЬ?

ПОДБОРКА ПЕТЕРБУРГСКИХ МЕСТ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ БЕГОМ

Автор: Семён Пятков

[1] Центр физической культуры, спорта и здоровья (Московский район)

Первое место в нашем списке – это ЦФК Московского района.

Вот, что гласит описание этого спорткомплекса на сайте «Зооп»: «Центр физической культуры, спорта и здоровья Московского района» работает в сфере дополнительного образования с 1998 года. Основная цель — это пропаганда спорта и здорового образа жизни среди детей и подростков, а также нравственное и патриотическое воспитание молодежи...».

И действительно, этот центр продвигает спорт и ЗОЖ. Я занимаюсь здесь уже почти пять лет. Для меня это идеальное место. Здесь есть всё, что нужно для занятий спортом. Отличный стадион, трибуны, куда можно сложить вещи (не волнуйтесь, их никто не украдёт), спортивные снаряды, а также «Спортивный Городок», для разминки, выполнения упражнений, отдыха. Мне сложно найти минусы этого комплекса. При посещении ЦФК Московского района важно найти период времени, при котором вы не будете мешать спортсменам. Потому что большее количество времени работы стадиона отдают под профессиональные тренировки.

Необходимо знать правила поведения на подобном стадионе. Мои советы:

- 1) На стадионах не стоит бегать по первой дорожке, так как на ней спортсмены всегда выполняют скоростные упражнения.
- 2) Смотрите в оба и не мешайте спортсменам.
- 3) В случае необходимости или вопроса подойдите к персоналу стадиона, любому тренеру или спортсмену. Как понять кто тренер? Всё просто — он будет рядом со спортсменом или будет наблюдать за ним.

[2] Парк при Колонистском пруду (Пушкинский район)

Ещё одно место, которое я люблю - «Колоничка». Именно так мы с друзьями называем парк в Пушкине.

Теперь поподробнее про бег в этом парке. Летом, если вы будете просто прогуливаться по этому парку, то с большой долей вероятности встретите человека пробегающего мимо вас.

Круг на карте — это круг, с которого вы можете начать свой «путь бегуна». Круг протяжённостью в один километр (1000 метров) может стать неплохим началом для новичка.

Но некоторые меня спросят: — «Эй, парень, а тебе не кажется, что это может быть много для начинающего?» И я отвечаю: — «Нет».

Конечно, в начале своего пути вы подумаете, что и один километр — это слишком много, но во время бега по этому кругу вы даже не почувствуете этого километра. Да и вдобавок, красивые виды и живая природа. Но это не только место для тренировок, это ещё и общественный парк с пляжем и прудом, где можно искупаться и отдохнуть после тренировки.

[3] Стадион «Приморец» (Приморский район)

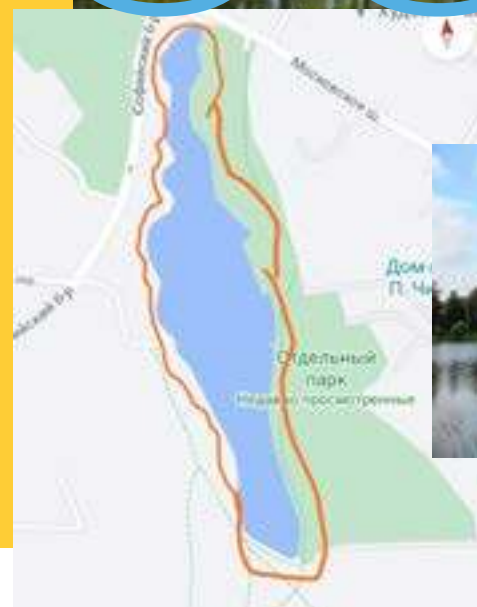
Теперь мы приближаемся к одному из самых серьёзных мест для лёгкой атлетики Санкт-Петербурга, а именно стадион «Приморец» Приморского района (неожиданно, не правда ли?). Этот стадион похож на стадион ЦФК Московского района.

Такая же протяжённость, почти одинаковое расположение других секторов (ямы с песком, зона метания, такое же покрытие, и т. д). Только, как мне кажется, этот стадион поэтичнее. На этом стадионе проходят Первенства Санкт-Петербурга по лёгкой атлетике среди юниоров и другие важные соревнования для нашего Готэма (города). И поэтому он должен выглядеть соответствующе. Самая главная особенность «Приморца» — чистота и порядок. А также хорошее оборудование и спортивные снаряды. Ну, и в конце концов, он красивый, да ещё и речка, за которой находится «Зенит Арена» создает атмосферу большого спорта.

[1]



[2]



[3]

Бонусное место

Главное не то, где вы бегаєте, главное – желание. Оно может появиться у вас, если вы найдёте единомышленников или позовёте друга. Это и есть мое бонусное место. Любое место будет хорошим, с хорошей компанией. Люди объединённые общим делом всегда излучают, приятную энергию, которая заставляет трудиться и совершенствоваться.

Я желаю вам удачи. Занимайтесь спортом, будьте здоровы, и берегите своих близких.



СКАНИРУЙ И СЛУШАЙ:
МУЗЫКАЛЬНАЯ ПОДБОРКА
АВТОРА

Фото: iStockphoto.com

ПОЛУЧИ БЕСПЛАТНЫЙ ДОСТУП В ЛИТРЕС

ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО:

1. Быть читателем Библиотеки Друзей;

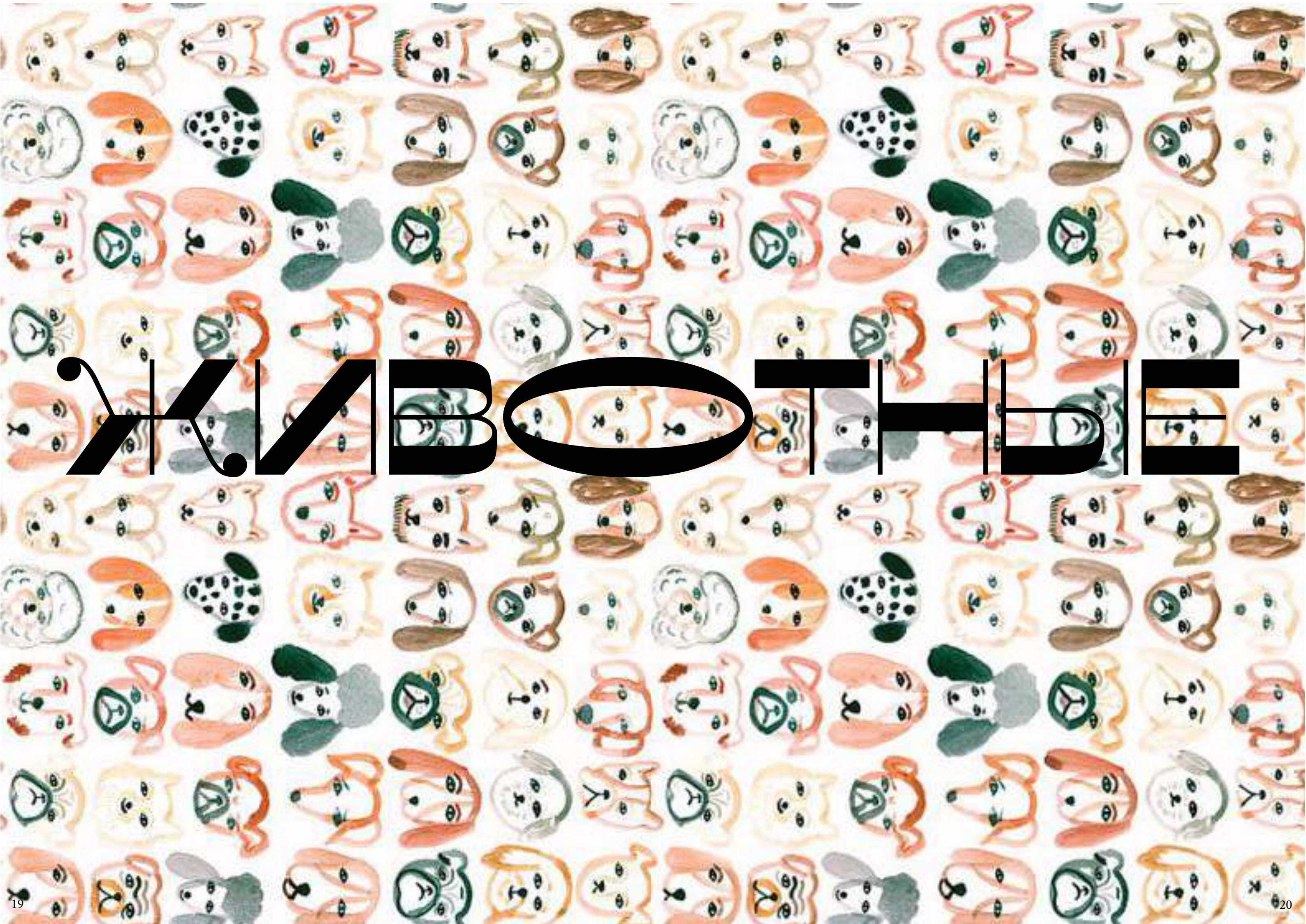
2. Написать в личные сообщения группы Библиотеки Друзей во ВКонтакте или Instagram запрос логина и пароля, указав номер вашего электронного читательского билета;

3. Получить логин и пароль;

4. Войти в приложение ЛитРес и ввести логин и пароль.



ЛитРес:



KNOW THE

НАЙТИ ДРУГА В «ДРУГЕ»

В Санкт-Петербурге много различных приютов и множество организаций, которые специализируются на охране животных. Они дают животным шанс на то, чтобы те нашли себе дом и любящих хозяев. Конечно, приюты не могут дать той заботы и любви, которая присутствует в семье, но эти места существуют для того, чтобы у животных был шанс на обретение этой семьи.

В этой статье я расскажу об одном приюте Питера, а также о паре его обитателей. Речь пойдет о приюте «Друг».

Большинство обитателей приюта — собаки. Работники приюта «Друг» заботятся о своих подопечных и активно стараются найти им новый дом.

В группе ВКонтакте «Приют “Друг” для бездомных собак в СПб» идёт продажа картин, футболок, фотографий и т. п., для сбора денег на помощь животным. Также есть объявления, в которых волонтеры просят привезти приюту корм и лекарства, текстиль и посуду необходимые питомцам.

Вся лента — это множество фотографий с именами и краткими историями жизни животных.



Страница приюта во ВКонтакте

Вот пара из них:



Тим Джей — обаятельный большой пёс. Попал в приют малышом с братьями и сестрой. Родился в августе 2020 года, общительный, легко идёт на контакт с людьми. Здоров и привит. Очень хочет найти такую семью, в которой его будут любить и будут заботиться о нём.



Фенди — родился в 2018 году, очень любит внимание, немного пуглив, легко поддается дрессировке. Здоров и привит. Фенди попал в приют ещё щенком и он просто мечтает обрести друга, а именно любящего и заботящегося хозяина.

В этом приюте бывают дни «выгула собак». На новом участке (Дорога жизни) по субботам в 12:00, 13:00 и 14:00 желающие могут погулять с собакой и на это есть один час. Час радости и веселья. Взаимной благодарности.

В мире множество хороших людей, и некоторые из них берут на себя ответственность, создают приюты. Идут волонтерить или берут животных из приюта к себе на передержку или на совсем. Кто, как не люди, помогают животным, попавшим в трудную ситуацию?

Очень жаль, что есть те, кто не помнит о том, что «Мы в ответе за тех, кого приручили».

Именно брошенные и обиженные животные больше всего нуждаются во внимании и любви. По возможности, если вы решили найти своего друга, ищите его именно в приюте. И помните, что мы действительно в ответе за тех, кого приручили!

Автор: Яна Бойчук

ПОЛЕЗНО И ВЕСЕЛО: КОННЫЕ ПРОГУЛКИ

Автор: Гуласел Аскомбаева

Лошади издавна помогали людям в земледелии, в бою, на охоте, при переездах. Гонцы доставляли послания из одного государства в другое. Во всем мире популярны различные конные виды спорта и игры: кокпар, джигитовка, скачки, конкур. В современном городе возможности пообщаться с этими удивительными животными с каждым годом уменьшаются, но в окрестностях Санкт-Петербурга больше сотни мест, где можно увидеть лошадей и покататься на них. Одно из этих мест находится в Гатчинском районе в небольшой деревне Бор — это ранчо «Авенсис». Об этом месте и о своих лошадях расскажет нам — Наталья Николаевна Браженкова.

Наталья Браженкова



Кому принадлежит идея создания ранчо? Что вдохновило?

Принадлежит мне. Всю жизнь занимаюсь любимым делом. Конюшню держу с 1994 года. Приехав в это место, хотелось сделать что-то особенное и близкое по духу. Сюда переехали из Архангельска. Жить с двумя лошадками.

Были трудности в начале?

Трудности, конечно, были. Мы приехали в чистое поле. И наши лошади не очень были рады круглосуточному

выпасу. Мы в срочном порядке начали строить летнюю конюшню.

Кто придумывает имена животным? В честь чего их так называют?

Имена придумываем сами, зависит от племенного назначения животного. Или выбираем имена более подходящие животному или в концепции ранчо.

За довольно большой период времени в ранчо появлялись и новые жеребцы. По каким характеристикам они подбирались?

Все лошадки у нас давно. Мы их никак особо не выбирали. Они рождались у нас. Первая лошадь у нас 1994 года. И так получилось, что её дочка у нас родила, потом её внучка и так далее и так далее. Все они рождались, рождались. И вот у нас такое пятое поколение. Они у нас такие очень любимые. Как появляются новые лошади уже зависит от потребностей. То есть, если нам не хватает лошади под тяжёлого всадника мы ищем лошадь, которая может возить таких всадников. Преимущественно мы выкупаем лошадей из очень ужасных условий.

Первая лошадка такая у нас — Рыжик. Жил он в не очень хороших условиях. Нам его подарили. Сейчас Рыжик очень спокойный, примерный конь. Следующая лошадка — Техас. Эту лошадь мы взяли с бойни. Мы его не глядя купили — по интернету. Мы не могли его посмотреть, убедиться, насколько он адекватный, насколько он подходит. Мы просто брали за большие деньги кота в мешке. Так появился Техас, но с ним мы не прогадали. Он в основном катает деток за поводок или слабых всадников.

Дальше у нас появилась лошадка Виски. Сезон конных прогулок был в самом разгаре, а наша лошадка уехала. И нам очень быстро нужна была замена. Купили ее в полном расцвете сил. Назначение Виски — возить тяжёлых всадников.

Дальше. У нас опять произошла история с бойней. Пригляделся один конь. На первый взгляд здоровый, высокий! Мы опять его не глядя взяли. Так появился у нас Сальвадор. Он идеален для конных прогулок.

За какое время привыкают лошади?

Месяц два на лечение и привыкание. Это минимальный срок, который нужен для любой лошади.

Обычно лошади не спят все вместе. Кто-то сторожит на случай опасности. Встречалось ли такое поведение в ранчо? Если да, то кто из них чаще всего охраняет?

В табуне есть старший мерен. Они первые идут в бой, охраняют свой табун. Есть ещё доминантные кобылы. Они водят табун. Все на огороженной территории, поэтому водить особо некуда.

Благодаря исследованиям было выявлено, что у лошадей хорошая память. За какое время ваши лошади запоминают маршрут прогулок?

Чтобы запомнить маршрут прогулок для лошади достаточно один раз куда-то сходить и она будет помнить место. Она всегда знает, где её дом. Дом для неё убежище, поэтому в случае, чего лошадь всегда вернётся домой. Если по какой-то причине всадник отпустил лошадь либо упал, то она может остаться рядом, а может вернуться в сторону дома. Лошади отлично запоминают и ориентируются. Но даже если лошадь знает маршрут, ей все равно нужно управлять. Они отвлекаются, у них есть свои интересы. Например, туда не хочет — там грязно, а там трава — хочу туда.

Были необычные или смешные случаи?

Их, конечно, очень много. Каждый день что-то происходит. Есть у нас такой конёк Спирит. Когда мы его купили, ему было полтора года. Сам по себе был мощный, но его все гоняли. Со страху он все время бежал в ворота. То на них, то рядом. Год стабунивали и он все время выходил в забор, лишь бы его никто не трогал. Самое смешное, что его гонял самый маленький пони. Сейчас он уже вырос, стал просто огромным. Уже сам ходит обижает более мелких.

Сколько средств уходит на содержании одной лошади?

На содержание уходит 12 тысяч на одну лошадь. Сюда входит: зарплата, аренда помещения, свет, опилки, комбикорм, сено и так далее.



Что больше всего скакунам не нравится?

Всем лошадям не нравится то, что они не хотят. Кто-то не хочет работать либо наоборот, если ты долго не работаешь, и вот тебя взяли, с тобой занимаются, тоже это нравится. Больше всего лошадям хочется находится в компании, пастись равномерно, трава, при этом, чтобы не мешали ни мухи, ни насекомые. И никто их не тревожил. То есть оставаться в компании — это самое лучшее для лошади.

Не нравится им оставаться в одиночестве. Некоторые начинают пугаться, нервничать. Не нравится отходить далеко от табуна. Кому-то не нравится ноги расчищать, потому что это страшно, непонятно.

Как они относятся к музыке?

У лошадей хороший слух. Они любят слушать спокойные мелодии. Но если внезапно включить громкую музыку, то лошади могут испугаться и начать нервничать. Ну и, конечно, мы специально подготавливаем лошадей, которые боятся музыки и громких звуков.

Наталья Николаевна, спасибо за интервью. Было приятно познакомиться с Вами и Вашими лошадьми. Особенно мне понравился Техас. Он был спокойным во время прогулки и слушался. Спасибо, что продолжаете заниматься таким важным делом, которое приносит окружающим незабываемые эмоции!

Адрес ранчо: Лен. обл., Гатчинский район, деревня Бор д. 37.

Телефон для записи на прогулки:
8-921-311-90-45

Страница во ВКонтакте:
<https://vk.com/kkavensis>





ОБЩЕСТВО





ЗАЧЕМ ВЫБИРАТЬ, КОГДА МОЖНО СОВМЕСТИТЬ.

Интервью с Павлом Назаренко

24 апреля в Библиотеке Друзей прошел фестиваль «Библионочь-2021». Специально для этого события Хор Российского государственного гидрометеорологического университета — «ГидроХор» подготовил музыкальную программу. Поговорив с руководителем хора Павлом Назаренко мы узнали, что он по профессии фармацевт, окончивший НФаУ — Медико-фармацевтический факультет, кафедра клинической фармакологии и клинической фармации. Как совмещать настолько разные профессиональные направления? Как руководить университетским хором? Это и многое другое вы узнаете из нашего интервью.

— **Какое у вас сейчас настроение? Можете описать его стихотворением? Пробовали сами писать стихотворения?**

— Настроение положительное, день хорошо складывается. Думаю, мог бы описать, но это был бы бедный стих. Своего почти не пишу, очень-очень редко, а вот с английского иногда делаю эквиритмические (прим.: перевод стихов, выполненный с сохранением стихотворного размера) переводы для хоровых произведений.

— **Вы учились на медико-фармацевтическом факультете. Химия изучается углубленно. Много информации нужно запомнить. Обучение давалось легко или бывали трудности?**

— Фармацевтическому образованию предшествовало медицинское в колледже и пара курсов прикладной математики, с которой я сбежал, когда понял, что программирование мне не по душе. Большие объёмы запоминать легко, но как раз с химией возникли проблемы — мышление сформировалось более клиническое, чем химическое, и постигнуть химию оказалось вовсе непростым делом для меня. Клинические же дисциплины давались легко.

— **Вы помните, что проходили в вузе? Для чего применяют ибупрофен и цистамин? Какие формулы у этих лекарств?**

— Как вы, наверное, уже поняли, химию я «успешно» забыл на текущий момент, но основные моменты фармакологии, аптечной технологии помню, безусловно. Сейчас я работаю в фармкомпании в отделе противоболевых препаратов, поэтому про ибупрофен и другие НПВС (прим.: Нестероидные противовоспалительные средства) могу говорить много и долго, а вот цистамин не вспомнил — пришлось гуглить. Есть определённый пул «популярных» препаратов из области неврологии, кардиологии, гастроэнтерологии, которые всегда на слуху, а более узкие направления вроде радиологии остаются чаще в тени, если не работать в этой сфере.



Павел и ГидроХор

Страница «ГидроХора» ВКонтакте: <https://vk.com/hydrochoeur>



Павел на паре по токсикологической химии

— **Почему Вы выбрали профессию хормейстера? Как долго обдумывали смену профессии? Родители поддерживали Ваш выбор?**

— Самый большой парадокс, что я одновременно сочетаю профессии медицинскую и музыкальную. Ремесло не пришлось менять — пришлось добавлять ещё одно. К профессии хормейстера шёл долго, а поступил в колледж даже экстренно. Родители отреагировали положительно, всегда поддерживали любой мой выбор, к тому же, я довольно давно независим от них. Мама сама музыкант, была против моего музыкального образования после школы, но с тех пор прошло больше десяти лет, многое изменилось.

— **На странице ВКонтакте был пост о раздельном сборе мусора. С каких пор Вы начали этим заниматься? Что послужило мотивацией?**

— Поводом к раздельному сбору послужил пост коллеги-хоровика. Там было написано об акции, которая будет неподалёку от моего

дома. Я старательно собирал пластик целый месяц и ужаснулся, когда увидел, сколько его накопилось и что было бы, если бы вся эта куча просто плавала в море. На акции выяснилось, что существуют разные виды и даже не все из них подлежат переработке. Сейчас я уже разбираюсь во всех видах пластика и консультирую друзей.

— **Для фармацевтов обязательна латынь. Знаете ли Вы ещё какие-нибудь языки?**

— Я знаю украинский так же хорошо, как русский, думаю, меня можно назвать билингвом. Кроме него, знаю английский и учу французский.

— **Благодарю Вас за ответы! Творческих и фармацевтических успехов!**

Я восхищаюсь людьми, которые совмещают в себе непохожие по направлениям увлечения. Знакомство с ними приводит к новым мыслям и вдохновляет.

Автор: Гуласел Асcombeбаева

ХЕЙМИНГ В ИНТЕРНЕТЕ И КАК С НИМ БОРОТЬСЯ

Почему происходят оскорбления в интернете? Как иметь иммунитет к травле в комментариях и в личных сообщениях? И как не бояться показывать своё творчество? Автор: Арина Шарафутдинова

Иллюстрация: Monica McClain

Оскорбления в интернете — это зависть людей, которые всеми силами пытаются задавить человека, тем самым стать выше в своих глазах. «Хейтеры» пытаются самоутвердиться за счёт «жертв», тем самым провоцируя конфликт или появление комплексов у тех, кого они пытаются унижить.

Способы по борьбе с конфликтностью или появлением комплексов для «жертв» травли есть, их не так много, но очень важно соблюдать каждое — от этого зависит не только ментальное состояние человека, репутация, а также карьера и её рост.

1. Жалоба администрации сайта или социальной сети.

Если вас начала преследовать травля — жалуйтесь администрации сайта или социальной сети. В интересах любой администрации спокойствие и доброжелательная атмосфера, поэтому модераторы быстро ответят на вашу жалобу. Предварительно нужно зафиксировать факт травли в вашу сторону. Сделайте скриншот и сохраните. А так же можно скопировать сообщения вместе с именем или никнеймом отправителя.

2. Проанализируйте и почистите список друзей в социальных сетях.

Все мы хотим быть узнаваемыми толпой фанатов и любимы зрителями, но для душевного равновесия важно наличие адекватной и доброжелательной аудитории. А для людей которые пишут вам неприятные или вовсе глупые высказывания существует черный список. Смело добавляйте их туда и не заставляйте себя переживать.

3. Не реагируйте на обидчиков.

Не вступайте с ними в дискуссии. Будьте максимально вежливы, но при этом не обращайтесь внимания на их действия. Намного лучше проследовать двум предыдущим правилам.

Это основные способы избежать, а также максимально сохранить своё психологическое равновесие в норме. Следуйте им!

Помните, что вы креативны и очень талантливы! Будьте сильны и не давайте себя в обиду!

Всегда оставайтесь равнодушны к агрессивно настроенным людям. Помните — проблема в них, а не в вас.

Оскорбления в интернете стали обыденностью в современном обществе. Почти под каждой публикацией можно найти грубые комментарии. Чаще всего они появляются под публикациями знаменитых людей, ведь они всегда на слуху и обязательно найдутся люди, которые захотят обсудить их «некрасивое» платье или «грязные» деньги. Причина в том, что люди чувствуют безграничные возможности в интернете. В реальности никто бы не подошёл к знаменитому блогеру с агрессивным настроением и кучей оскорблений, а в интернете люди не чувствуют страха и ответственности. В интернете можно скрываться за разными именами и чужими фотографиями. Начинающие блогеры или только восходящие звезды, а также активные пользователи социальных сетей по разным причинам не могут справиться с агрессией «хейтеров».

Но есть несколько способов, которые помогут справиться не только с их агрессией, но и с комплексами, вызванными постоянной травлей.

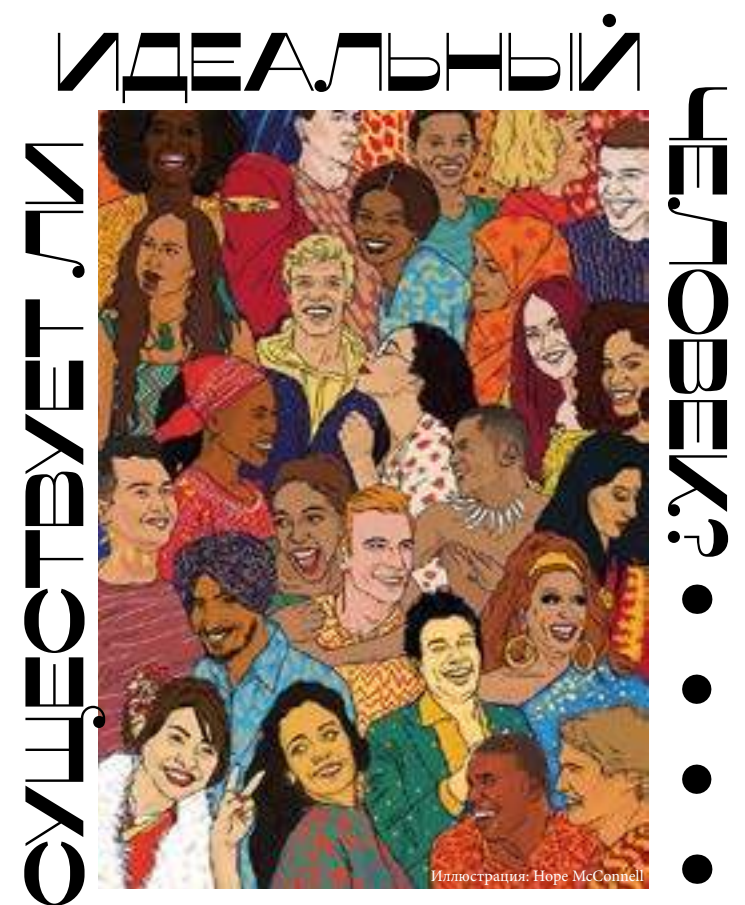


Иллюстрация: Hope McConnell

Проблема восприятия собственного тела актуальна во всем мире. Модная индустрия диктует нам свои правила, а подростки слепо следуют им, доводя своё тело до «идеала». Одни говорят, что в моде пышные формы и пухлые губы, а другие твердят о миниатюрности и женственности. Однако такая погоня за выдуманным стандартом красоты может привести к серьёзным проблемам со здоровьем. В этой статье я попробую разобраться, что такое «миф о красоте» и что об этом думают мои сверстники.

Я опросила десять подростков (13-14 лет) и выяснила, что семь из десяти **не сравнивают себя со сверстниками**. Однако трое опрошенных всё же имеют комплексы по поводу своего тела, но и они близки к принятию себя. **«Я не стесняюсь своих частей тела. Долго шла к тому, чтобы полюбить себя полностью и сейчас этого достигла»**, — комментирует Дарья, одна из участниц опроса.

Все опрошенные девушки считают, что понятие красоты стало более лояльным, но всё же в некоторых сферах оно осталось прежним. **«Все твердят про какой-то идеал, а есть ли он...?»** — комментирует Ника.

Трое из десяти опрошенных юношей довольно категорично высказываются о внешнем виде девушек: **«Если девушка будет весить под 100 кг, то я уже задумуюсь, встречаться с ней или нет...»**, — комментирует Рома. Впрочем, мнения о внешней и внутренней красоте разделились: одни говорят, что внешняя красота очень важна для них, другие же наоборот, говорят, что им более важны воспитание и интеллект девушки. **«Мне в девушке привлекают ее внутренние качества, какая она по характеру, манере общения»**, — комментирует Дания.

Также парни признались, что практически не имеют комплексов. На вопрос «Есть ли у тебя комплексы по поводу своей внешности?» восемь из десяти девушек ответили утвердительно, а десять из десяти парней, что никаких комплексов не имеют. Отсюда следует вывод, что девушки более закомплексованы, чем юноши. Это неудивительно — красота девушки связана в общественном сознании с её успехом у противоположного пола и вообще по жизни, каждая эпоха создаёт свой «идеал».

Есть много книг о том, что никакого «идеала» не существует и всё это навязано обществом и модной индустрией для того, чтобы заработать деньги. Например Мара Олتمان «Тело дрянь. Донесения с фронта (и из тыла)», Кейтлин Моран «Быть женщиной: Откровения отъявленной феминистки», Эмили Нагоски «Как хочет женщина», Наоми Вулф «Миф о красоте».

Благодаря журналам, которые отходят от понятия «идеал», публикуя на обложках реальных женщин, без фотошопа и ретуши, современным девушкам становится гораздо проще принимать себя и своё тело. Также направление бодипозитива продвигают многие блоггерши — Тесс Холлидей, Кармен Рене и Miliyollie и другие.

Разговор со сверстниками показал, что в нас ещё сохраняются установки и страхи, навязанные стандартами о красоте, но мы на пути к тому, чтобы полюбить себя. Несмотря на давление общества и нашего окружения, нужно принимать себя таким, какой ты есть. Благодаря поддержке друзей и родственников многие мои сверстники смогли полюбить себя. Мы все уникальны, в этом и заключается наша истинная красота!

Автор: Ксения Новикова

АНЕКДОТЫ



Заходит ковбой в бар, выпивает одно пиво, выходит и видит, что его лошадь украли. Он берет пистолет, заходит в бар, стреляет и говорит:

— Сейчас вы наливаете мне одно пиво, а пока я его пью, вы возвращаете мою лошадь, иначе я сделаю то, что сделал в свое время в Техасе, а этого я очень не хочу.

Все испугались, сделали все, как он велел. Выходит ковбой, садится на лошадь, и тут к нему подбегает парень и спрашивает:

— А что было то в Техасе?

На что ковбой ему отвечает:

— Мне пришлось возвращаться домой пешком...



Сидит мужик на даче. Хорошо... Смотрит — на дереве яблоко висит. Красивое!!!

Сорвал, сел на скамеечку. А кругом - лепота... Дай думает — съем яблочко...

Тут вдруг земля затряслась, гром, шум, пыль. Раскалывается земля, из разлома вылезает огромная задница, заглатывает яблоко и скрывается под землю. И тишина...

Пыль рассеивается, мужик в оторопи говорит:

— Что это было?...

Тут опять земля, шум, пыль, грохот —

Вылазит задница и говорит мужику:

— Антоновка.



Мама собирает сыну обед в школу:

— Вот, положила тебе в ранец хлеб, колбасу и гвозди.

— Мам, а зачем это??

— Ну как же, берешь хлеб, кладешь на него колбасу и ешь.

— А гвозди?

— Так вот же они!



В семье пуговиц случилось горе...

Батю пришили!



Сидят Василий Иванович с Петькой на берегу Днепра.

— Вот кончится война, Петька, консерваторию откроем! А по углам пулеметы поставим.

— Пулеметы то зачем?

— А чтобы консервы не тырили.



Лежат на крыше два кирпича молодой и старый.

Молодой говорит:

— Смотри, мужик идет. Хана ему.

Прыгает и разбивается о каску.

Старый говорит: Эх, молодежь — всему вас учить надо. Прыгает и кричит:

— Вась!

Мужик поднимает лицо кверху:

— Чего?



Сидит пастух, играет с бараном в шахматы. Идет прохожий, видит эту картину и удивляется:

— Ну и как играете?

— Да так, — отвечает пастух. — Баран он и есть баран. Ничья.



Врач совершает утренний обход. Подходит к первому пациенту:

— Чем болеем, чем лечат, жалобы есть?

— Геморроем, лечат ваткой с йодом, жалоб нет.

Подходит к следующему пациенту:

— Чем болеем, чем лечат, жалоб нет?

— Сифилисом, лечат ваткой с йодом, жалоб нет.

Подходит к следующему:

— Чем болеем, чем лечат, жалоб нет?

— Ангиной, лечат ваткой с йодом. Одна жалоба - пусть мне первому горло мажут.



В обращении к Мюллеру:

— Сегодня Штирлиц опять напился и чуть не упал в карьер рядом с рудными работами. Вы что-нибудь скажете?

— Никогда ещё Штирлиц не был так близок к провалу...



Что говорят метеорологи, когда на работе умирает коллега?

— Сегодня минус один.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!





БИБЛИО
ТЕКА
ДРУЗЕЙ