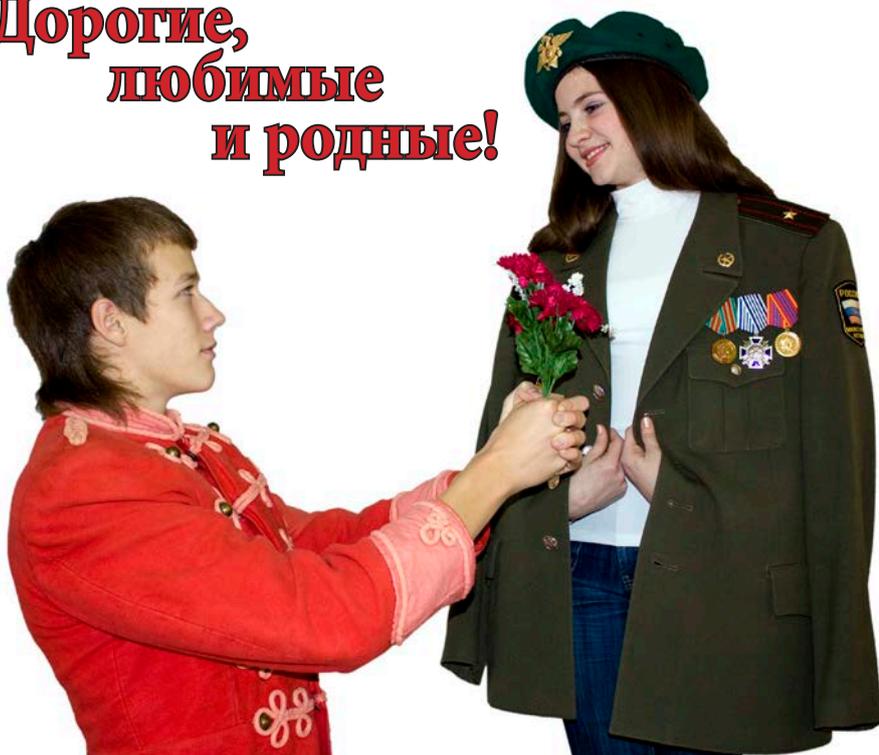


Муниципальное  
образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
«Дворец творчества детей и молодежи»  
г.Воркуты

# МЫ

Периодическое издание  
детского информационного  
центра

**Дорогие,  
любимые  
и родные!**



Нам не надо говорить много слов: они почти все сказаны... Но все же от всего сердца поздравляем всех-всех с праздником влюбленных, мальчишек и пап поздравляем с 23 февраля, а верных подруг и веселых девчонок, любимых мам и замечательных учителей с наступающим праздником 8 марта!!!

И пускай добрые, теплые слова признаний и благодарности звучат из наших уст нечасто, зато эти слова бесконечно искренние. Пусть счастье заставляет дрожать ваши сердца, улыбка никогда не сходит с лица, а ветер радости принесет с собой известие о наступлении долгожданной весны. Пускай обязательно исполнятся ваши мечты!

## В этом номере:

Формула любви

Стр. 3



Профессиональный марафон

Стр. 6



Хобби для собак

Стр. 7



Вторая жизнь

Стр. 11



# Почему же День Святого Валентина?



День Святого Валентина — это самый романтичный и великолепный праздник! Влюбленные в этот день преподносят своим половинкам дивные подарки, признаются в своих чувствах и задирают друг друга оригинальными валентинками!

Почему же этот праздник называют Днем влюбленных? Кто такой Святой Валентин? И по-

Амур вонзил в меня свою стрелу!  
И сердце пламенем все чувства охватило  
В любви к тебе признаться я спешу...  
В чудесный праздник — День Святого Валентина!

чему его празднуют именно 14 февраля? Легенд и преданий на этот счет немало. Все они романтичны и загадочны. Но есть одна самая правдивая история, которая подтверждает, что 14 февраля — день влюбленных.

А началась эта легенда еще задолго до появления мобильной связи, Интернета и средств массовой информации. Еще восемнадцать веков назад.

В Римской империи, в городе Терни жил святой великомученик Валентин. Занимался он научными исследованиями и частной медицинской практикой. По приказу императора Марка Аврелия, запрещавшего жениться всем своим легионерам, Валентин был осужден за то, что в

тайне венчал легионеров и их возлюбленных. Ожидая жестокой казни в тюрьме, несчастный Валентин написал письмо страдающей от слепоты дочери своего тюремщика и подписал: «Ваш Валентин». Затем, исцелив чудесным образом девушку от слепоты, все равно был казнен!

Его казнь, по воле судьбы совпала с римским торжеством в честь прекрасной Юноны — Богини любви!

С того самого времени и по сей день люди во всем мире отмечают этот чудесный и необыкновенный праздник — ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА!

В этот светлый и долгожданный день всем влюбленным и тем, кто в поиске своей второй половинки хочется пожелать самого главного — ЛЮБВИ! И пусть те, кто пока не решился признаться в этом волшебном чувстве, используют свой шанс!

Кристина Воронова

Любовь — это один из трех китов, на которых держится мир, поэтому

## А люди, как и прежде, влюбляются...

День Святого Валентина хоть и не является официальным праздником, очень важен и нужен.

Официально День Святого Валентина отмечается уже около 16-ти веков, однако известно, что праздники любви существовали еще со времён древних языческих культур. Например, римляне в середине февраля праздновали Lupercalia — фестиваль в честь богини любви Juno Februata. На Руси тоже был свой праздник влюблённых, вот только отмечался он не зимой, а в начале лета. Он был связан с легендарной историей любви Петра и Февронии и посвящен Купале — языческому славянскому богу, сыну Перуна.

В настоящее время романтический праздник влюблённые пары отмечают по всему свету. Как известно, имя ему дал простой христианский священник Валентин, тайно обвенчавший влюблённых легионеров, за что впоследствии был казнен.

В России день Святого Валентина отмечается с начала 20 века. Не смотря на свою «молодость», День всех влюблённых по праву входит в число любимых россиянами праздников. За то время, что существует День Святого Валентина, сложилось немало красивых традиций: дарить валентинки и подарки, готовить сюрпризы и оригинальные признания в любви. Конечно, каждая пара отмечает этот праздник по-своему, это зависит в частности и от возраста влюблённых. Как же проводят этот праздник старшеклассники? «Мы» решили узнать об этом.

Как известно, в школьные годы случается первая влюблённость, первый робкий поцелуй... Поэтому неудивительно, что среди школьников этот празд-



ник очень популярен. Именно в этот день у ребят появляется отличная возможность рассказать о своих чувствах возлюбленному или возлюбленной. В День Святого Валентина во многих школах нашего города работает праздничная почта. Желающий поздравить или признаться в любви опускает валентинку в почтовый ящик, предварительно написав на ней имя и класс адресата. В течение школьного дня «работники» почты разносят открытки по классам. Эта традиция очень нравится школьникам, она даёт возможность тайно признаться в любви, узнать о своих поклонниках и просто весело провести время.

В некоторых школах есть и другая забава, связанная с праздником всех влюблённых. На входе в школу стоят двое ребят, раздающих каждому зашедшему по половинке бумажного сердца. В течение школьного дня ребята ищут человека, у которого оказалась вторая часть их сердечка. Образовавшиеся волей судьбы пары зачастую бывают очень неожиданными...

Так проходит День Святого Валентина в школах нашего города. Однако за её пределами старшеклассники отмечают этот праздник не менее романтично. Влюблённые стараются сделать этот праздник незабываемым. В День всех влюблённых нередко можно увидеть под окнами домов слова «Я ТЕБЯ ЛЮБЛЮ». Подобным образом признавались в чувствах не один десяток лет, и поэтому нельзя назвать этот сюрприз оригинальным, однако романтичности с годами он не потерял.

ЛЮБОВЬ! Впервые это прекрасное чувство посещает человека в юности, поэтому для старшеклассников этот праздник имеет совершенно особое значение, символизируя собой первое робкое чувство.

Наталья Шамилова

## Как признаться?

Позади праздник всех влюблённых, день, когда все признаются друг другу в любви, возможность сказать о своих чувствах или поведать о них кому-то впервые. Делать друг другу ПОДАРКИ можно и без повода, просто так. Ведь свои чувства нужно уметь выражать по-разному, не только «громкими» словами и не только в праздники. Ведь если тебе кто-то не безразличен, зачем же это скрывать?

### Для девушки

В моду все больше входят предметы старины: вещи, посуда, мебель и т. д. А как в давние времена признавались в любви? Исполняли серенады (еще лучше своего написания)! Может и вашей избраннице это понравится? Ведь в наше время так часто хочется встретить рыцаря. Почему бы не «осыпать» ее цветами, не обязательно живыми, можно и искусственными, бумажными. Например, обклеить подъезд, в котором она живет, бумажными сердечками и цветами. А как много в магазинах безделушек в форме сердец, может одна из них больше всего приглянется вашей подруге?

### Для парня

Говорят, путь к сердцу мужчины лежит через желудок. В какой-то мере это утверждение верно, ведь учёными доказано, что настроение человека отчасти зависит от того, насколько он сыт. Попробуй пригласить своего друга в гости и угостить чем-нибудь вкусным своего приготовления. Он наверняка оценит твои старания. И когда его сердце оттаит, скажи о том, что ты к нему испытываешь.

Почему считается, что цветы дарят только девушкам? Может попробовать быть исключением из правил?

Мужчины очень ценят внимание! Может именно в этот день исполнить то, о чём он так долго мечтал?

Вероника Козьякина

# Формула любви

Тебе хочется любить и быть любимой... О чем ты думаешь, когда твой любимый на тебя даже не смотрит? Тебе хочется быть повыше, стройнее, привлекательней? Любовь вспыхивает в одно мгновение, когда ты ее не ждала? Как? Почему? Можешь задать тысячу вопросов и не получить вразумительных ответов. Любовь - не точная наука, она без правил и рекомендаций. Их устанавливают сами люди. Но разве может кто-то разгадать волшебную формулу любви?

Каждый человек - это маленький мир, проникнуть в который подчас непросто. Как же заставить его впустить тебя в свой мир? Подобрать к замочку его души нужный ключик. Разгадать секрет нельзя, а вот помочь можно! Дорогие читательницы, для вас ничего не жалко. Рассказываю вам не только по своему жизненному опыту, но также вспоминая многочисленные истории подруг и просто то, что уже проверено и испытано (кстати, работает на 95%):

## Ключик простой

В названии все сказано. Хотя у меня сначала сложилось впечатление, что это скорее «ломик», чем ключик.

Суть его вот в чем: ты выбираешь вечер,ходишь к предмету своих воздыханий и без лишней вступлений выдаешь все, как есть: « Ты мне нравишься, и я хочу с тобой встречаться». НО! Предупреждаю, шаг весьма рискованный. Ты можешь без особой опаски действовать только в том случае, если ты уверена, что внешность - твой главный козырь. В этом случае подобное начало очень многообещающее. Если ты не можешь спокойно утверждать, что ты сошла с обложки, он может отрицательно отреагировать. Но не стоит давать выход своей обиде. Лучше гордо развернись на каблуках и произнеси загадочную фразу: «Подумай, ты даже не знаешь, от чего отказываешься...». Если и эта попытка обречена на провал, то лучше остановиться. Значит, он тебя не достоин. Этот метод не сто-



ит часто использовать: так твоя репутация может зыбко пошатнуться. Поползут неприятные сплетни, что ты сама «вешаешься» на шею всем парням.

## Классический ключ

Почему классический? Дело в том, что это самый популярный, наиболее часто используемый способ. Многие девушки, даже ничего не продумывая, подосознательно руководствуются им. Его можно назвать «обольщение-имитация».

Если он любит теннис, восхищайся знаменитыми теннисистами, постоянно « висит» в компьютере ~ присоединяйся к Всемирной паутине. Лучшие в его увлечении должны интересоваться тобой не только достижениями, но и личной жизнью. Обязательно запасись ( в случае с теннисом) теннисной ракеткой. При этом ты не только не утратишь индивидуальность, но и расширишь кругозор. Любому человеку приятно встретить того, кто его понимает. Этот ключик идеально подойдет к сердцам эгоистичных юношей, чей девиз: « Ты пойдешь туда, куда пойду я». Свое намерение лучше осуществлять в общедоступном месте, например на дискотеке или в кинотеатре. Главное - не забудь, вам нравятся одни и те же фильмы, музыка, ведь не случайно вы встретились именно здесь. Вот наилучший повод для разговора.

## Робкий ключ

### (способ для стеснительных девушек)

Твое сердце готово вырваться из груди лишь только он приблизился к тебе? Ты теряешь дар речи, краснеешь и даже на вопрос, требующий односложного ответа, не можешь отвечать без заикания? Тогда это для тебя.

Составь план, где каждый день отмечай свои маленькие победы. Скажем, сегодня похвали его по поводу и без повода. Завтра невзначай положи руку ему на плечо. Твоя цель - дать ему понять, что именно к нему у тебя особое отношение. Ведь если ваши чувства взаимны, представь, сколько времени ты потеряла! Попытки не приносят результатов? Что ж поделаешь, значит, не судьба! Если он все-таки догадается о твоих

нежных чувствах и вдруг станет насмехаться, не оправдывайся, а лучше в лицо скажи, что ты в нем разочаровалась.

## «Длинный» ключ

### или « все еще друзья».

Занимает второе место после классического по частоте использования, по количеству положительных результатов. Ты дружишь с ним продолжительное время. Между вами теплые дружеские взаимоотношения. У вас множество общих тем для разговора. Вас объединяет своеобразная харизма и тонкое чувство юмора.

Старайся стать для него незаменимой, но не подавай вида, что влюблена. Он должен верить, что это он пытается тебя завоевать, что это он первым обратил внимание на то, как вы идеально подходите друг другу. Какое-то время побудь недостижимой целью: мальчишки легкие победы не ценят. Однако будь бдительна и не упusti момент. Ведь ты не одна такая красивая и умная. Нас много.

## Ключик заговоренный

Если у тебя есть надежная и самая лучшая подруга, она должна будет подключиться к процессу. А точнее, без нее у тебя вряд ли получится.

Устрой вечеринку, на которую все придут парами, кроме тебя и него. Во время медленного танца заговори с ним о чем-нибудь несущественном, затем выйди вместе с ним на балкон или на улицу, чтобы проветриться. Когда эта часть плана будет реализована, тебе сможет помочь только твоя интуиция. Одно могу сказать точно: любая улыбка сделает тебя очаровательной. Не зря же поется: « От улыбки станет всем светлей». Будь самой собой, можешь пошутить. Но твой взгляд обо всем ему расскажет...

P.S. Если ничего не поможет, лучше забудь о нем. Не на то ли мы прекрасны пол, что бы ради нас совершали подвиги, подносили к ногам цветы, восхищались нами и увековечивали в стихах и прозе. Просто, в наше время рыцари немного мельчают. Ухаживай за собой и люби себя, чтобы, когда пришел твой принц, ты была настоящей принцессой!

Валерия Ольсевич



## Рассуждаем о любви

Любить - это как стоять на свежем цементе. Чем дольше стоишь, тем труднее оторваться... и никогда нельзя уйти, не оставив следов.

Если ты его любишь, отпусти его. Если он вернется - он твой. Если нет - он никогда не был твоим.

В любовном треугольнике один угол всегда тупой.

Встреча двух людей, как встреча двух химических элементов: реакция может и не произойти, но если происходит - изменяются оба...

Ревность глупо - это факт! А любовь - другое... Кто не любит, тот дурак! А кто любит - вдвое!

Разлука для любви, как ветер для огня. Маленькую она задувает, а большую раздувает еще сильнее!»

Ларошфуко

Недостаточно принимать людей такими, каковы они есть, надо желать их такими - вот суть подлинной любви.

Андре Моруа.

Дружба часто оканчивается любовью, но любовь редко оканчивается дружбой

Любовь бежит от тех, кто гонится за нею, а тем, кто прочь бежит, кидается на шею

Не ставь точку там, где сердце ставит запятую...

## ЕСТЬ ТАКАЯ ПРОФЕССИЯ – РОДИНУ ЗАЩИЩАТЬ!

В наше время мы как-то начали забывать, что изначально 23 февраля было Днем воинской славы, праздником солдат и офицеров. Естественно, что в нынешней формулировке «День Защитника Отечества» всё еще сохранился военный оттенок. Однако отмечают этот праздник все мужчины не зависимо от того, имеют ли они какое-либо отношение к армии или, наоборот, изо всех сил стараются избежать её. Получается этаким мужской вариант «8 марта».

Статья 59 Конституции РФ гласит о том, что защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина Российской Федерации. То есть так или иначе молодые люди нашей страны (не считая юношей с тяжелыми физическими заболеваниями или другими отклонениями) обязаны нести военную службу. Иначе, в соответствии со статьей 328 УК РФ, будут применены меры наказания, такие как штраф в размере до двухсот тысяч рублей, либо арест на срок от трех до шести месяцев, либо лишение свободы на срок до двух лет.

Так что же такое «армия» в понимании современной молодежи, и почему от нее «косят»? После опроса группы молодых людей выявилось три четких трактовки слова «армия». Для одних это школа жизни, которую лучше закончить заочно, для некоторых – тюрьма, для третьих – институт защиты государства от внешней агрессии. Согласитесь, звучит не очень утешительно. Тем не менее, как юноши представляют себе армию,

мы разобрались. Возникает другой вопрос: а кто хочет туда идти? Опросив ту же группу, мы получили самые разные ответы. И так, из 15 молодых людей трое ответили: «Косить не собираюсь, но и желанием служить не горю». Четверо дали достойный и полный ответ: «Там из меня всю дурь выбьют и сделают настоящим человеком, я смогу отдать долг родине и после службы поступить в ВУЗ с



военной кафедрой». Естественно, не трудно догадаться, какими были ответы еще 8 парней, и лишь один из них достоин внимания и имеет какой-то смысл: «Пусть служат контрактники». А может это и правильно? Ведь

контрактник – это человек, который уже отслужил срочную службу и выбирает себе работу, т.е. свою судьбу осознанно.

К сожалению, времена, когда не служить в армии было большим позором, уже прошли. Сейчас служить в армии считается чуть ли не делом для дураков. Даже не то что многие, а почти все военнообязанные не хотят служить. Позор! Неужели кроме маменькиных сынков, папенькиных мажоров и девочек в мужской одежде в России не осталось полноценных и уверенных в себе парней? Не верю! Все считают армию ужасным местом, где попросту теряется драгоценное время, тратятся молодые годы. Это необходимая школа мужества, школа жизни. А кто не идет в армию, не достойны считаться мужчинами. В трудную для Родины минуту они будут отсиживаться дома или покинут страну, так как не знают, что и как делать. Каждый юноша обязан отслужить в армии на благо своей великой Родины.

Юноши, то, с каким настроением вы идете в армию, определяет ваше дальнейшее пребывание там. Если, собираясь туда, вы думаете, что каждый день вас будут унижать «деды» и старшие по званию, что вы будете драить полы и тоннами чистить картошку, то так и будет! Поверьте! Ваш настрой вас не подведет! Если же вы уверены в себе и идете в армию не для того, чтобы получать нагоняя, а с целью самосовершенствования, получения новых навыков и хотите отдать долг Родине, то все это в ваших руках. Такие как Вы достойны называть себя мужчиной и носить это звание с честью.

Оксана Тесёлкина



## КТО ОНИ? ИЛИ БРЕШИ В БРОНЕ СИЛЬНОЙ ПОЛОВИНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

Что мы о них знаем? Ко Дню защитника Отечества полезно получить побольше сведений об том, кто собственно и является твоим защитником. Возможно, прочитав это, ты будешь с большим пониманием относиться к своему личному security.

Итак, вот перечень наиболее интересных, но мало известных фактов:

1. Мозг мужчины тяжелее женского ( но вес не решает все!).
2. Заикание - чисто мужская особенность.
3. Из-за медленного обмена веществ их быстрая реакция слабее нашей.
4. Они легче переносят диеты!
5. Мужчины ценят натуральность, «боевой раскрас индейца» их пугает.
6. В организме мужчины, как и в женском,

вырабатываются оба гормона – женский и мужской.

7. Мужчина легче, чем женщина, теряет уверенность в себе,
8. Они очень неохотно углубляют свои знания.
9. Мечтают о покое в доме и большой семье.
10. Один суеверный мужчина приходится на трех суеверных женщин.
11. Заботливым девушкам на заметку: в два раза чаще болеют бронхитом!
12. Звучит парадоксально, но женщины более мужественны, так как спонтанно принимают

решения.

13. Настоящий мужчина в девушке при первом знакомстве прежде всего оценивает ноги.

И еще один интересный факт: ученые Калифорнийского университета недавно вы явили в организме человека ген с говорящим названием K188 1, который активизируется во время поцелуя и способствует взрослению. Так что, если твой молодой человек ведет себя как ребенок, лечи его от инфантильности милым и безболезненным способом, целуй его почаще!

Ко Дню защитника отечества каждый мальчик, парень - хочет показать себя сильным. Нашей же силой в этот день должно быть умение показать себя слабой, тем самым дав кое-кому шанс проявить мужество и героизм.

Валерия Ольсонец



# Обратите внимание!

Любовь, влюбленность, симпатия... Эти чувства столь долгожданны для многих, но далеко не всегда они бывают взаимны. Многие теряются, когда понимают что их шансы быть с любимым невелики и буквально в панике делают то, чего делать не стоит. Первое, что сразу необходимо понять, это ЗАЧЕМ вам нужно привлечь внимание человека? Просто узнать его поближе? Самоутвердиться за счёт него? Построить серьёзные отношения? В зависимости от этого и стратегия поведения будет разной. Но есть все же некоторые общие рекомендации, как обратить на себя внимание того, кто вам понравился.

Прежде всего, изучите ЕГО как можно подробнее. Кто он, что любит, что не любит, какой стиль общения предпочитает, чем увлекается? А для этого - меньше говорите, больше слушайте, наблюдайте, анализируйте.

В процессе этого изучения не будьте навязчивы и назойливы, не приставайте с прямыми (и потому не всегда тактичными) вопросами, а наблюдайте со стороны. И конечно, не стоит мучить расспросами о жизненных подробностях вашего любимого его друзей, знакомых и родственников. Учите, что изучение - процесс трудоемкий и не мгновенный.

Узнавайте его, но по возможности как можно дольше не привлекайте его внимание к себе (каким бы странным это вам сперва ни казалось). Нет необходимости при этом выставлять себя напоказ в лучшем свете: будьте не товаром, а потребителем. Выбирайте того, кто ВАМ нужен, а не выставляйтесь для того, чтобы хоть кто-нибудь на вас обратил внимание.

Попробуйте ненавязчиво разделить его увлечения. Но делайте это как можно искренней. А если его увлечения вам не по душе, возможно ваша привязанность тоже довольно поверхностная.

Разделяя увлечения и прочие жизненные установки вашего «предмета», начинайте потихоньку обращать его внимание на себя. Вначале станьте интересны ему как человек. В этом случае возникший интерес к вам будет более длительным.

Разумеется, чтобы привлечь внимание молодого

человека, хорошо бы прежде изучить и его вкусы (в самом прямом смысле). К примеру, одеваться в близком ему стиле. Иными словами, если ваш возлюбленный предпочитает неброские цвета и носит классический костюм, вы не будете иметь у него успеха, если наденете сногшибательное мини и сделаете модный макияж.

Не делайте того, что может в принципе его напугать, даже если хотите своими нестандартными выходками привлечь его внимание. Скорее всего, в результате вы просто оттолкнете от себя того, чье внимание до сих пор с таким трудом завоевывали.

Однако имейте в виду, что в процессе подобного изучения ваш «предмет» может вас и разочаровать. Потому что велика вероятность, что вы влюбились не в реального человека, а в некий придуманный вами образ. И если этот образ вдруг растаял, ничего страшного нет в том, что вы увидели истинное лицо вашего возлюбленного сейчас, а не после близости или даже свадьбы. И уж точно вы ничего не потеряли, поскольку ваша способность любить осталась при вас.

Если в итоге все получилось не так, как вы хотели, не отчаивайтесь, не ставьте на собственном счастье крест. И не закидывайтесь на этом «неудачном варианте». Может быть где-то неподалеку вас ждет действительно ваш будущий друг и любимый, а вы тут тратите время на того, кто не в состоянии вас по достоинству оценить!

Виктория Хорольская

# А может так?

Если не помогут эти советы, попробуйте признаться ему в любви просто на другом языке (может быть тогда он вас поймет и оценит то, что вы для него делаете).



Абхазский "Я тебя люблю" - Сара бара бзия бзо  
 Арабский "Я тебя люблю" - Ана ахебеки  
 Афганский "Я тебя люблю" - Ма ди кавэл мина  
 Белорусский "Я тебя люблю" - Я тябэ кахаю  
 Болгарский "Я тебя люблю" - Аз ти обичам  
 Венгерский "Я тебя люблю" - Серетлек  
 Греческий "Я тебя люблю" - Это агапо су  
 Датский "Я тебя люблю" - Йег элскер дит  
 Испанский "Я тебя люблю" - Ио тэ амо  
 Итальянский "Я тебя люблю" - Ио тэ амо  
 Коми "Я тебя люблю" - Мэ радэйт тэне  
 Китайский "Я тебя люблю" - Во ай ни  
 Латинский "Я тебя люблю" - Это ту амарэ  
 Македонский "Я тебя люблю" - Яс тэбэ сакам  
 Польский "Я тебя люблю" - Я цен кохам  
 Словацкий "Я тебя люблю" - Мам тя рад  
 Словенский "Я тебя люблю" - Яз ти любити  
 Суахили "Я тебя люблю" - Мимикупенда  
 Татарский "Я тебя люблю" - Мин сини яратам  
 Тувинский "Я тебя люблю" - Мэн сэни ынакшир  
 Турецкий "Я тебя люблю" - Бен сана сэвййорум  
 Украинский "Я тебя люблю" - Я тэбе кохаю

# Маленькая мама

*Знакомая ситуация: молодая девушка лет 14-ти, влюбившись в красивого парня, спустя некоторое время узнает, что она беременна. И это не принимают ни родители, ни подруги, ни учителя и даже отец ребенка. В нашем городе таких историй множество. Кажется, что на этом жизнь закончена, есть только один выход-аборт, но это ошибка. Бывают и исключения из правил.*

Примером тому история Жанны Ивановой. Жанна родилась и выросла в Санкт-Петербурге, хорошо училась, у нее было много друзей, с родителями всегда было взаимопонимание. На свое четырнадцатилетие она познакомилась с симпатичным и веселым восемнадцатилетним парнем Максимом Кузнецовым. Жанна дала ему свой номер, и после месяца общения они начали встречаться, а спустя еще два месяца она узнала что беременна... . Казалось, что весь мир рухнул! Жанна была в отчаянье: родители против становиться «бабушкой» и «дедушкой» так рано, а все «семейное понимание» исчезло в никуда, подруги осуждали, а вот Максим был настроен решительно. Снял для них с Жанной квартиру, устроился на работу и был готов сделать все

для их счастья. Вместе они обратились в Санкт-Петербургский роддом для несовершеннолетних рожениц, где используется специальная технология приема родов, учитывающая анатомию, физиологию и психологию юных пациенток. Здесь все предусмотрено для подготовки юных мам: им рассказали как заботиться, как ухаживать, как кормить и пеленать малыша. Ребятам объяснили, что аборт не выход, а существо которое Жанна носит под сердцем, живое и все понимает, поэтому с ним надо разговаривать, а любые переживания и стресс могут плохо сказаться на здоровье ребенка. «Будущий папа с тобой, а это бывает не часто и не многие отцы принимают детей», –шепнула Жанне одна из пациенток роддома.

Девять месяцев спустя радости Жанны и Максима не было предела, у них родилась великолепная девочка, назвали ее Маша. Год назад Максиму предложили работу, и они приехали к нам в Воркуту. Живут они на Воргашоре, Жанне сейчас 16 лет, а малышке 1,5 годика. У них много хороших друзей, готовых помочь им в любую минуту.

Это история-исключение, но прежде, чем бросаться в объятия парня и считать себя самостоятельной, задумайтесь о последствиях! Не все истории бывают с таким счастливым концом!

Александра Окоелова



# Самая главная елка

Вот и промчался любимый всеми праздник – Новый год, оставив в душе каждого воркутинского ребенка теплый незабываемый след настоящей зимней сказки. Что и говорить, взрослые на славу постарались, чтобы организовать для ребят настоящие праздники. Среди всех новогодних представлений особое впечатление оставило у школьников ежегодное, но всегда неожиданное, яркое и интересное мероприятие – Елка Главы, куда приглашаются дети, принимающие активное участие в жизни школы, города, Республики. Проходил праздник по традиции в колонном зале Дворца творчества детей и молодежи, где каждый год стоит самая большая и красивая елка.

Ребят встречали любимые сказочные герои – Снегурочка, Дед Мороз, Баба Яга и многие другие. А настоящим подарком стали выступления творческих коллективов Дворца – школы

танца «Радуга», хореографического ансамбля «Школьные годы», студий эстрадного вокала «Стар», «Акварель».

И, конечно, кульминацией всего праздника было появление Главы нашего города. Валерий Леонидович произнес торжественную речь, поздравил всех ребят с наступающим Новым годом и, как будто вспомнив детство, закурился вместе с воркутинскими школьниками в веселом хороводе. Ну, а «МЫ», не теряя времени, решили задать Главе администрации несколько вопросов:

- Как Вам общая атмосфера праздника?
- Все хорошо: дети радуются и смеются, а это самое главное. Значит, праздник удался.
- Валерий Леонидович, что Вы хотели бы пожелать жителям Воркуты в наступающем году?
- Скорее всего благосостояния. Если люди будут жить в достатке, то им не придется по-



кидать нашу «столицу мира». А чтобы это обеспечить будем открывать шахты, перейдем на новый уровень производства, тем самым повысим уровень жизни воркутинцев. Ну а в остальном, я хочу пожелать всем здоровья и радости.

А «МЫ» желаем, дорогие воркутинцы, чтобы все мечты воплотились в реальность и только успех и счастье сопутствовали вам!

Алексей Чернилин

# Профессиональный марафон



«Вместе мы большая сила, вместе мы одна семья!» Именно под таким лозунгом 2 февраля на базе средней общеобразовательной школе № 12 дан старт ежегодному городскому конкурс профессионального мастерства «Учитель года - 2009».

Конкурс «Учитель года—2009» проводится в целях повышения престижа и статуса учителя в обществе, усиления влияния приоритетного национального проекта «Образование» на профессиональное развитие учительства. В этом году конкурс «Учитель года» – юбилейный, и количество участников возросло – двенадцать учителей. Это впервые за пятнадцатилетнюю историю конкурса. За звание абсолютного победителя конкурса будут бороться учителя следующих школ: 12, 13, 14, 16, 23, 26, 32, 35, 39, 40, гимназии 2 и 6.

«Сегодня преподаватель – это учитель трибун и пропагандист инновационных технологий, которые сейчас очень востребованы в современной модели образования, – рассказывает Лариса Ивановна Компанец, председатель жюри, заместитель начальника Управления образования, – а когда учителю нужно дать не только хорошие уроки, но и показать себя с точки зрения общественного деятеля – это поистине профессио-

нальный марафон».

Главная задача конкурса состоит в выявлении Учителя значительного масштаба и высочайшего уровня, на которого можно возложить особую миссию. В этом году конкурсантам придется особенно тяжело, очень много перепадет на их долю за эти 10 дней. И первый день не скрывает напряжения конкурсантов, они волнуются как первокурсники, перешептываются, переминаются с ноги

на ногу, нетерпеливо поглядывают на часы. Их волнение можно понять, ведь сейчас они должны представлять свои учебные заведения, продемонстрировать профессионализм учителя на высшем уровне. Но настоящий учитель это не только человек, имеющий хорошую фундаментальную подготовку по предмету, это человек, который может все: поет, танцует, занимается спортом, пишет стихи, он и сценарист, и режиссер, актер и укротитель. И в этом мы убедились, когда педагоги представляли визитные карточки – как учитель пришёл в профессию. Здесь было всё: страстное танго мадам Шик и видеотурне по Англии, рэп-композиции и хоккей на роликах, Бабки Ёжки и новые русские бабки, появление новой хромосомы и рождение Богини. Украшением женского состава конкурсанток стал очень молодой, но не менее талантливый и перспективный учитель физики и информатики средней общеобразовательной школы № 39 им. Чернова, Николай Сергеевич Баранов.

Завершился первый конкурсный день «презентацией инновационных проектов», где каждый учитель защищал свой инновационный опыт, убеждал, что технология, которая им используется, самая лучшая и результативная. Но это ещё не всё. Уже на следующий день конкурсанты будут давать открытые уроки и показывать, как детям на них интересно и легко обучаться. По результатам первого тура шесть участников, набравших наибольшее количество баллов, будут объявлены лауреатами Конкурса и допущены к участию во втором туре. Второй тур включает в себя выполнение следующих заданий: мастер-класс, где конкурсантам необходимо вовлечь учителей-соперников в активную творческую деятельность; и публичная лекция, где учителям предстоит доступно и убедительно выразить свою позицию широкой аудитории. По результатам второго тура, лауреаты, занявшие первые три места, допускаются к участию в третьем туре, где жюри проводит собеседование, для оценки готовности победителей к выполнению миссии абсолютного победителя Конкурса.

Довольно сложная программа и выбрать здесь одного из двенадцати лучших – задача не из легких, поэтому в состав жюри вошли не только представители Управления образования, отдела научно-методического обеспечения, победители конкурса «Учитель года» прошлых лет, но и учителя-победители конкурсного отбора в рамках Национального приоритетного проекта «Образование».

Десять бессонных ночей, десять дней сотрудничества, переживания, тревоги, слезы, все это впереди у наших конкурсантов. Узнать же победителя мы сможем 27 февраля в 14:00 во Дворце творчества детей и молодежи на торжественном закрытии городского конкурса «Учитель года-2009». Хотя, нет... В этом конкурсе нет, и не может быть победителей и побежденных, ведь тот, кто носит величественное имя «Учитель» – уже победитель, так как он несет свет, доброту, знания, самому дорогому – ДЕТЯМ.

Мария Кузьменкова

## Праздник, объединивший поколения и страны

Международный День студента—праздник, неразрывно соединяющий студентов разных стран и поколений. Современные студенты свой профессиональный праздник отмечают «на полную катушку», ведь они—особый народ, умеющий не только учиться, но и развлекаться. А какими были студенты много лет назад?

В далекие времена в средневековой Европе из одного университетского города в другой бродили странствующие студенты, чтобы слушать лекции разных знаменитостей. Называли таких студентов вагантами, и в пути они нередко сочиняли стихи, в результате образовался целый раздел литературы—поэзия вагантов, а песни на их стихи с удовольствием распевают и современные студенты.

Еще в начале нашего века самыми большими за-



С ДНЁМ СТУДЕНТА!

бияками в Германии считались студенты. По любому поводу и совсем без причины они затевали дуэли. Сражались на шпагах, как правило, до первой крови, а нанести рану старались на видном месте—чаще всего на лице. «Шрамы украшают мужчину», не отсюда ли пошла известная поговорка? Каждый уважающий себя немецкий студент должен был иметь хоть одно такое «украшение», а те, кто не получал его на дуэли, могли обратиться к услугам хирурга-косметолога.

«Положи свои знания поближе к сердцу своему и подальше от глаз экзаменаторов твоих». Эта международная студенческая мудрость, касающаяся шпаргалок, особенно актуальна для студентов Кубы. Шпаргалки (перевод с польского «ненужные бумажки») появились, видимо, вместе со студента-

ми. Говорят, если сам делаешь шпаргалку, она даже полезна, так как невольно повторяешь пройденное. Преподаватели по-разному относятся к шпаргалкам, но на Кубе студент, застигнутый «на месте преступления», то есть пользующийся шпаргалкой на экзамене, подлежит немедленному отчислению из института.

День основания Московского университета—Татьянин день—всегда праздновался российскими студентами широко и с размахом. К этому дню заранее готовились и владельцы «питейных заведений», и извозчики, и городовые. Надо, однако, заметить, что чересчур расшалившихся «господ студентов» старались чаще усмирить собственными силами и в полицию забирали крайне редко. Современные студенты тоже каждый год с нетерпением ждут своего праздника, чтобы отметить его достойно и от души повеселиться.

Успехов вам, товарищи студенты (и бывшие в том числе), легких экзаменов, добрых преподавателей и простого человеческого счастья.

Диана Моисеева

## Международный Женский день или как все начиналось...

В настоящее время Международный женский день отмечается во многих странах мира. Дата праздника выбрана не случайно. Официальная история этого праздника началась в 1857 году, когда нью-йоркские работницы швейных и обувных фабрик собрались на демонстрацию с требованиями 10 часового рабочего дня и равной с мужчинами заработной платы.

Однако, известно, женский день начали отмечать еще в древнем Риме. В этот праздник матроны—свободно рожденные, состоящие в браке и получавшие от своих мужей подарки женщины, были окружены любовью и вниманием. Облаченные в лучшие одежды, с благоухающими венками на головах, римлянки приходили в обитель хранительницы домашнего очага—богини Весты. Также в этот день получали подарки и рабыни, которым позволялось в праздник отдыхать.

Продолжилась история Международного женского дня в 1917 году 23 февраля по старому стилю, когда в Петрограде прошли женские демонстрации с лозунгами «Хлеба и мира!». А на четвертый день всеобщая рабочая забастовка вылилась в вооруженное восстание. В 1921 году по решению 2-й Коммунистической женской

конференции было решено в память о женской забастовке в Петербурге праздновать Международный женский день 8 марта. Со временем это праздник потерял политическую окраску и стал днем всех женщин, именно таким он дошел до наших времен—теплым, светлым, настоящим предвестником наступающей весны.

Кстати говоря, есть свой Международный женский день и в православном календаре. Выпадает он на второе воскресенье после Пасхи, на христианский праздник жен-мироносиц. Поэтому у наших замечательных дам есть прекрасная возможность отмечать свой праздник дважды в год, а значит быть окруженными

особенным теплом и заботой в двойном объеме. С праздником весны вас, милые



женщины, пусть грядущая весна принесет вам только позитивные эмоции!

Валерия Степанова

## Праздник Крещения Христова

Ночь с воскресенья на понедельник, с 18 на 19 января, была необычной, люди православной веры встречали великий праздник Крещение Христова. В этот день Господь Иисус Христос принял крещение в реке Иордан. По давно сложившейся традиции храм Иверской иконы Божьей матери посетил Епископ Питирим, он же и провел всенощную службу. Эта служба проводится только в самые великие церковные праздники, такие как Пасха, Рождество и т.д. В храме было тепло и уютно, народу столько, что яблоку упасть не где—столько желающих приобщиться к этому духовному событию! После всенощной службы праздник продолжился на реке Уса, воды которой освятил Епископ Сыктывкарский и Воркутинский.

Не смотря на сильный мороз и холодный ветер желающих окунуться в святую воду было очень много, это и взрослые, и маленькие дети. Первым в иордань, как и всегда, зашел мэр нашего города Валерий Леонидович Будовский.

В день Крещения вода из любых источников считается святой, многие стараются запастись ею на целый год. По словам Екатерины Яковлевой «святая вода очищает все грехи и придает силы на весь год». Крещенская вода—это великая святыня, ее освещают особым чином два раза в год 18 января в сочельник, и 19 января в сам праздник. Известны такие случаи, когда пара капель святой воды исцеляла людей. Но ни в коем случае нельзя ставить святую воду в холодильник, от этого она теряет свою целебную силу. И помните самое главное, чтобы святая вода принесла пользу, надо заботиться о чистоте души, о светлости помыслов и деяний. Есть молитва на принятие святой воды. Выучите ее и детей научите. Пусть хранит вас Господь!

Ксения Васильева  
Лидия Москалюк

# Кубок наш!

С 5 по 8 февраля в ДТДиМ проходила 10-я Спартакиада учащихся образовательных учреждений Республики Коми по плаванию. Участие приняли 111 ребят из шести городов: Воркуты, Инты, Ухты, Усинска, Салехарда и Сыктывкара.

Воркутинский Дворец творчества детей и молодежи уже пятый раз принимает в своих стенах пловцов со всей Республики. «Мы можем принимать у себя соревнования различного ранга, т.к. уровень категорий судейского аппарата позволяет работать на соревнованиях вплоть до Всероссийских»,—пояснила Татьяна Коровина, главный тренер соревнований.

Соревнования проводились как лично-командные. Каждый участник имел право стартовать в трех индивидуальных номерах программы и эстафете. В заплывах участвовали юноши 93—94 года рождения и девушки 95—96 года рождения. Но, несмотря на столь юный возраст

из 10 представителей команды 2 воспитанника—мастера спорта и 8 человек—кандидаты в мастера спорта. Их успехи - это результат многолетнего труда и высокого профессионализма тренеров: Галины Кузьменко, Александра Сухова, Дениса и Надежды Шалапиных. Высокий уровень пловцов отметила тренер сыктывкарской команды, Валентина Подрезова: «Воркута —самый сильный и серьезный наш соперник, ребята очень хорошо подготовлены».

И воркутинские ребята уже в первый день соревнований доказали, что они лучшие, заняв I место в общекомандном зачете. Также результативно прошли выступления в последующие 3 дня. Особенно на соревнованиях отличились Светлана Шелудько, Елена Булохова, Никита Полутницын, Иван Кашин, Екатерина Глотова и Роман Масловский. Эти ребята больше всех принесли нашей команде золотых медалей. Воркутинские пловцы на протяжении девяти лет становятся чемпионами республиканских со-



ревнований по плаванию. И этот год для нас не стал исключением—кубок победителя остался в Воркуте. Второе и третье место соответственно заняли команды города Сыктывкара и Ухты.

Командный дух и стремление к победе – вот, что движет нашими спортсменами. «Стоя на пьедестале и держа в руках кубок, испытываешь такое чувство радости, гордости и удовольствия, что хочется побеждать снова и снова!»,—поделилась впечатлениями Светлана Шелудько, член сборной команды г. Воркуты.

Мы от всей души поздравляем наших ребят. И желаем им в дальнейшем новых побед и высот.

Анна Кашина

## ХОББИ для собак

Скоро лето—время, когда мы можем насладиться долгими прогулками, когда собаки могут вдоволь накупаться, побегать в лесу, в полях. Эти теплые моменты мы будем вспоминать весь год. И как же летом обойтись без драйленда?

ДРАЙЛЕНД—это общее название летних видов ездового спорта. В переводе с английского драйленд означает «сухая земля». В теплое время года нужно было как-то тренировать собак, их запрягали в телеги, отправлялись на прогулку на велосипедах. Через некоторое время драйленд вывели как отдельный вид спорта, который включает в себя четыре направления: каникросс, байк-джоринг, картинг, скутер. Каникросс—это бег с собакой. Собака бежит впереди человека на натянутом поводке, тем самым прибавляя бегуну скорости. По правилам человек не должен обгонять собаку и не имеет права держать поводок в руках. На спортсмене надет специальный пояс, к которому крепится потяг. На собаке обязательно должна быть шлейка. Каникроссом могут заниматься дети с 6 лет. Начинают с дистанции 100 метров, постепенно увеличивая расстояние до финиша. Дистанция для взрослых спортсменов составляет 3-5 км. Байк-джоринг—гонка велосипедистов с собаками. Потяг крепится к рулю велосипеда или к специальной «удочке», которая предназначена для того, чтобы трос не наматывался на колесо. Для байк-джоринга нужен хороший велосипед, шлем, перчатки. Картинг. Карт—это специальная 3-х или 4-х колесная тележка. Движение такой тележки осуществляет упряжка из четырех-шести собак. Скутер—буксировка специального спор-

тивного самоката. Можно запрягать одну или две собаки. Здесь необходим самокат и шлем.

Для драйленда подходят не только северные ездовые породы собак, а любая собака, которая любит бегать может начать тренировки и добиться высоких результатов, иногда даже обгоняя сибирских хасок. Часто на соревнованиях можно встретить доберманов и овчарок. Если вы заинтересовались таким спортом, то вам понадобятся: ездовой ошейник, ездовая шлейка, потяг, бронзовый карабин. Всё это можно приобрести в зоомагазинах и на заказ.

Также нужно особое питание: корм супер-премиум-класса для очень активных собак.

Если вы решили заняться ездовым спортом—это серьезное дело. Драйленд затягивает, и после нескольких тренировок хочется большего. Появляется желание принять участие в соревнованиях, а позже побеждать. Но как добиться такого результата? С чего начать? На собаку надевается шлейка, которая строго подогнана по размеру и не доставляет неудобств, к ней собаки привыкают быстро. Дальше: если собака на прогулке потянула поводок, тут же хвалите! Параллельно вводите команды.

Первое, чему необходимо обучить собаку, умение поворачивать по команде «Лево!» и «Право!». Сделать это очень просто как со щенком, так и с взрослой собакой. Когда вы выходите на прогулку по привычной дороге, перед поворотом в сторону подайте команду и, когда собака повернет, похвалите её.

Также основной командой является «Ко мне!». Подходить собака должна четко по первому требованию. Добиться этого не трудно, главное, не ругать, а больше хвалить и поощрять животное. Тогда эта команда не вызовет затруднений. Также вам понадобится



команда «Вперед!», которая вскоре перерастет в команду «Хоп!». Для удобства вводят команду «Обойди!». Если она будет хорошо отработана, то мало вероятности, что вы въедете в дерево.

В зависимости от массивности и здоровья собаки тренировки можно начинать с 6–7 месяцев. Первые 5–6 тренировок вы преодолеете небольшую дистанцию без поворотов. Далее можно вводить сначала один поворот, затем другой. Считается, что поворот «Лево!» дается собакам легче, чем «Право!», вот и начинайте с более легкого. Обязательно делайте перерывы. Занятия должны приносить собаке радость! Чем больше будет положительных моментов при дрессировке, тем лучше будет работать собака. Только тогда вы достигнете желаемого результата. Меняйте маршрут, иначе собаке будет не интересно, да и вам тоже.

Елена Шипилова

# ВЫ БОИТЕСЬ?

**У вас бывают регулярные приступы страха перед какими-то определёнными вещами или явлениями? Очевидно, это фобия—навязчивое состояние страха. «Навязчивые страхи (фобии)—интенсивная и непреодолимая боязнь, охватывающая большого, несмотря на понимание ее бессмысленности и попытки с ней справиться»...**

Что такое фобия? Фобия (от др. греч. φόβος — страх)—проявления различных страхов. Ее легко распознать по следующим признакам: чувство удушья, спазмы в горле; учащенное сердцебиение (сердце выскакивает из груди); чувство слабости, оцепенение тела; ощущение, что вот-вот наступит обморок; обильный холодный пот; ощущение сильного страха, ужаса; дрожь во всем теле; рвота или расстройство желудка; тело кажется “не своим”, перестает слушаться; ощущение того, что сходишь с ума.

Если есть хотя бы четыре из этих признаков, можно предположить наличие фобии.

Другое название фобии—навязчивые страхи. Однако между простым страхом и навязчивым есть существенная разница: при фобии человек, как правило, понимает, что его боязнь ничем не оправдана и даже бессмысленна, но при этом не перестает бояться, а при навязчивых страхах человек полностью теряет над собой контроль. Вероятность возникновения навязчивых страхов есть практически у каждого. Поэтому фобии—довольно распространенное явление. И разновидностей фобий существует огромное количество. В наше время врачи насчитывают более 500 различных фобий.

Вот, например, сравнительно недавно появились новые фобии: спидофобия и компьютерофобия. Боязнь школы—сколинофобия и боязнь сдавать экзамены—тестофобия страдают, правда, только по их словам, по крайней мере все учащиеся школ. Страх числа 13—трискайдекафобия вполне всем известен, но только на уровне суеверий. Боязнь всего—панафобия и боязнь всего нового - неофобия вызывают удивление, однако существуют на самом деле. Боязнь услышать хорошие новости—

эуфобия, увидеть себя в зеркале – эйсотрофобия, телефонов—телефонофобия, слов—логофобия, имен—номатофобия, боязнь быть самим собой—эремофобия, воспоминаний—мнемофобия, влюбленности—филофобия.

Но самые-самые необычные фобии—боязнь испытывать страх—фобофобия и боязнь длинных слов—гиппопотомомонстросквивипедалиофобия.

Великие люди тоже страдали необычными фобиями.

Например, Наполеон боялся лошадей. Один из самых великих исторических персонажей, покоритель Европы, боялся, чего бы вы думали? Белых лошадей. Психиатры видят тут целых две фобии: боязнь лошадей (гиппофобия) и боязнь белого цвета (лейкофобия). Многочисленные картины, где Бонапарт изображён верхом на белой лошади, не что иное, как фантазия художника. Наполеон ненавидел и боялся этих животных, впрочем, их никогда и не было в его конюшнях.

Петр Первый избегал свободного пространства. При посещении дома Петра Первого и его летнего дворца в Санкт-Петербурге поражает его скромность: низкие потолки, маленькие комнаты. В летнем домике вообще устроен так называемый «фальш-потолок»: к более высокому подвешен более низкий. Оказалось, дело не в скромности. Царь не мог чувствовать себя комфортно в больших просторных помещениях с высокими потолками. Это указывает на экофобию и спациофобию (боязнь своего дома и пустых пространств). Эти фобии Петра не ограничивались: он всю жизнь страдал акрофобией (боязнь насекомых).

Страхи же Иосифа Виссарионовича Сталина во многом определили трагическую участь многих его соратников. Так, генералиссимус страдал токсикофобией (боязнь отравления). Так же Сталин патологически боялся авиаперелётов (авиафобия). Кроме того, знаменитые ночные бдения Сталина позволяют подозревать у него сомнифобию (боязнь ложиться спать). Известно, что засыпал он в состоянии полного истощения, до которого себя доводил по ночам.

Можно ли вылечить фобию? Разумеется, вопрос только как? Невозможно избавиться от навязчивого

страха, убеждая человека, что «в шкафу никого нет». Да он понимает, что ему вроде ничего и не угрожает! И, тем не менее, в с е равно боится.



Если вы вдруг почувствовали приступы безотчетного страха, не паникуйте. Посмотрите, повторятся ли они вновь, и насколько вы на них заиклитесь. Если это не мешает вам жить, бояться нечего.

Не всякий симптом есть болезнь... Но ведь сколько людей, страдающих фобиями, столько и вариантов их поведения. Навязчивые страхи ведь могут пройти сами собой. Так же спонтанно, как и появились. А могут перерасти в запущенную форму. Избавить от них человека очень трудно, иногда невозможно...

Для частичного снятия симптомов страха можно завести себе некоторые так называемые ритуалы: скажем, если вы боитесь, что забудете выключить какой-то электроприбор, поставьте у двери общий рубильник. Многим людям очень помогают записки на двери: «Выключи свет!!!» Если боитесь оставить дверь квартиры открытой, возьмите за правило дергать дверь после того, как повернули ключ. Правда, проблемы могут возникнуть, когда ритуалы становятся такими сложными, что сами начинают мешать. Наверное, все это могло бы показаться смешным, если бы не было для человека настоящей пыткой... Борьба с нелепым желанием, страхом, страстями...

Наверняка найдутся люди, которые посчитают, что лучше вообще никогда ничего не бояться. И будут неправы хотя бы потому, что, во-первых, отсутствие вообще всяких тревог и страхов ненормально. Ведь хоть чего-то человек все-таки боится. Пускай это будет даже не фобия, а маленький страх, но все равно, же боитесь. Во-вторых, конечно, фобия—не самое приятное явление, однако лучше, наверное, испытать страх “на пустом месте”, чем лишиться жизни в результате бесшабашной удали или глупого лихачества...

Мария Латюк

# Убийство • без совести

Безысходность? Нет. Выход всегда есть, и это знает каждый. Просто никто особо не задумывался над этим вопросом, или просто – напросто не пытался ничего предпринять. Убить гораздо проще, чем выикнуть в проблему и постараться что—либо изменить.

А ведь помимо убийств бездомных животных погибают и те, которые находятся под опекой своего любящего хозяина. Причем такие ошибки случаются практически регулярно. Так когда—то застрелили собаку моего знакомого, прямо на его глазах, а ещё моя подруга потеряла четвероногого друга. Так застрелили и мою собаку... в моем же подъезде, во время очередного отстрела бездомных животных. Мои соседи, выходя из кварти-

Служба отлова и уничтожения бездомных животных... Одни говорят, что это жестокость, другие—безвыходность. Но так или иначе, это неправильно. Как можно убивать?! Они ведь тоже чувствуют, все понимают...Они ведь тоже живые! Только посмотрев в их глаза, ты все поймешь без всяких слов... Загнанные в угол, смотрящие со страхом и злобой—это звери, чувствующие свою скорую гибель...

ры, услышали громкий хлопок, а за ним и жалобный визг. В подъезде была свежая лужа крови и размазанный след от неё к входной двери. А когда вышли на крыльцо, они увидели ужасную карти-

ну, которую запомнили на всю жизнь. В стоящую перед домом грузовую машину швырнули моего пса, который был уже мертв. В этой машине лежало множество собак, большая часть которых была мертва, некоторые же ещё шевелились, но смерть их была также близка. Слезы, истерика, ужас... и ничего больше...

А это что? Тоже безвыходность? Или случайность? Люди, очнитесь! Это реальность! Неужели в 21 веке нельзя придумать гуманные способы устранения нападения животных на людей. Неужели нельзя обойтись без насилия и убийств? Ведь также случайно может погибнуть и ваш друг! Задумайтесь над этим и, быть может, мир изменится к лучшему...  
Алина Сазонова

## Права хозяина

Городской ритм жизни настолько быстр, что нам часто приходится совмещать одно с другим. Например, прогулку с собакой и поход в магазин. Иногда мы, собачники, не знаем, куда с собакой пойти можно, а куда нельзя.

Чаще всего проблемы возникают в магазинах. Можете смело заходить со своим питомцем в непродовольственные магазины, на почту, в аптеки, если только захватили с собой короткий поводок и намордник, а на дверях нет запрещающих знаков или надписей. Правда есть одно «но»: любому человеку может не понравиться присутствие вашей собаки в магазине. В случае если вас попросят выйти, а вы проигнорируете услышанное, то вы получите административный штраф.

Продовольственные магазины могут посещать собаки-поводыри слепых. Зато никто не запрещает вам ненадолго привязывать питомца на коротком поводке возле магазина или, к примеру, поликлиники. При этом в наморднике должны быть лишь крупные собаки. Вам могут сделать замеча-

ние, если собака будет мешать входу в магазин.

Прогулки с собакой тоже имеют свои ограничения. Например, за появление с собакой без поводка и намордника на детской площадке, в парке, на рынке, пляже, в больнице или на территории обра-



зовательного учреждения вы рискуете попасть под штраф.

Не забудьте, что отпускать собаку с поводка можно лишь в малолюдных местах. Зато намордник нужно надевать не всем, а только крупным и злобным псам. Выгуливая пса, не приближайтесь ближе, чем на 25 метров к окнам жилых зданий, детским игровым площадкам, территориям школ и спортивных площадок. Для выгула собаки можно найти специализированную собачью площадку.

И помните, воспитанная собака доставляет меньше хлопот владельцу! Если ваш питомец, находясь в общественном месте, магазине, в транспорте, не лает, не рычит, не встает лапами на других людей, то маловероятно, что к вам подойдут с претензиями. Напротив, воспитанные собаки обычно вызывают умиление даже у тех, кто не держал никогда животных в доме.

Елена Шипилова

## Морская черепашка по имени Наташка

Хочешь завести необычное животное? Тогда черепаха—это твой выбор.

Чем кормить черепах? Подойдут любые фрукты, ягоды, овощи. Летом старайся кормить черепашку одуванчиками и другой зеленью. Так же черепахам необходим белок (мясо или сваренные яйца). Молодых черепах кормят каждый день, а в рационе взрослых обязательно должна преобладать растительная пища.

Если у тебя проблемы с деньгами, то жить черепаха может пока в картонной коробке. Зимой обязательно положи на дно грелку,



чтобы черепаха чувствовала себя как на пляже! Ей будет тепло и хорошо. Позже ты

сможешь оборудовать питомце целый курорт! Там должны присутствовать ультрафиолетовые лампы и лампы для обогрева. Сухопутным черепахам нужно соорудить укрытия, водным—островок, там они будут отдыхать после долгого плавания.

Летом обязательно выводи черепашку погулять, желательно на какой—нибудь чистый лужок. Там она сможет полакомиться травой и просто подышать свежим воздухом. Надеюсь, вы найдёте общий язык с вашей питомцей. Желаю удачи!

Арина Хотеева

## Не надо забывать!

Американские ученые провели исследование с целью выяснить, какие породы собак на сегодняшний день являются самыми агрессивными. Результат оказался неожиданным.

Самой агрессивной породой собак оказалась... ТАКСА. Несмотря на небольшой размер, эта собака первоначально имеет рабочее предназначение (для норной охоты),

у нее крепкие зубы и недружелюбный характер. По статистике каждая пятая такса кусала или пыталась укунуть незнакомца, такое же количество нападений в среднем совершают таксы по отношению к другим собакам. А каждая двадцатая такса пыталась укунуть или кусала своего хозяина.

За таксами следуют чихуахуа. Эти мини-собачки регулярно проявляют агрессию (в виде облаивания или попыток укунуть) как к людям, так и к другим животным.

Третье место досталось джек-рассел-терьерам, которые стали популярны после выхода фильма «Маска».

Наименее агрессивными породами были признаны бассеты, голден ретриверы, лабрадор ретриверы и хаски. Лучшие по дружелюбности оказались грейхаунды.

Ротвейлеры и питбулы считаются особо

опасными породами, в реальности набрали средние и низкие баллы по уровню агрессивности и враждебность к посторонним.

Но не нужно забывать, какая не была бы хорошая, добрая, маленькая или большая собака, она—зверь. И при виде любой собаки на улице без поводка нельзя размахивать руками (особенно в темноте); выполнять какие то не понятные действия; останавливаться, если вы боитесь. Такие действия могут вызвать у ЛЮБОЙ собаки агрессию по отношению к вам.

Елена Шипилова



## ... конфликт с учителем?

Многие дети, подростки сталкивались с этой проблемой. Кто-то переходил в другие классы, в другие школы, кто-то просто смирился с этой проблемой и все эти школьные годы живет с ней. Иногда так бывает, что ученик с учителем не сошлись характерами. Причин для неприязни бывает не мало, например неопрятный вид ученика или неловко «брошенная фраза» и т.д.

Что делать? Как быть? Выход есть! Первое: нужно поговорить с учителем, узнать причину конфликта. Если проблема известна, и это многочисленные пропуски урока или не выученное домашнее задание, то нужно освоить материал, если у самого не выходит, обязательно попытаться договориться с преподавателем о дополнительных занятиях во внешкольное время. Но если проблема в личной неприязни учителя нужно постараться не вступать с ним в спор, конфликт. Если даже и это не помогает, то ненужно делать поспешных выводов и уж тем более уходить со школы, ведь там возможно, возникнет такая же проблема. Попробуй поговорить с родителями на эту тему или со школьным психологом может с их помощью конфликт разрешится.

Лидия Москалюк

## Что делать, если...

### ... тебя дразнят?

Большинство мальчишек и девчонок часто бывали в таких ситуациях. Чаще всего это происходит в школе, твои «добрые» одноклассники так и хотят задеть тебя за «живое». Но чего они добиваются? Твоих слез? А сколько сил они тратят на то, чтобы испортить тебе настроение! Как раз вот из-за таких обидчиков у детей развиваются комплексы.

Но как же избавиться от обидной насмешки? Есть один способ, правда он не самый легкий. Тебе нужно научиться не показывать, что прозвище тебя так сильно задевает. Унижая или высмеивая кого-то, твои обидчики хотят доказать себе, что они сильнее, но на самом деле это не так. Обижать человека только для того, чтобы выделиться, это глупо и не разумно. А игнорируя насмешки одноклассников, ты показываешь, что ты личность.

Вскоре обидчики «потеряют» к тебе интерес, перестанут дразнить тебя и поймут, что поступили не умно.

Арина Хотеева

## ... ты «не вписываешься»?

Достаточно учеников, которые переходят в другие школы или переезжают в другие города, а некоторые остаются все время на одном месте. У одних и других существуют одинаковые проблемы в общении со своими сверстниками. Особенно, когда в новом коллективе появится «новенький». Постоянные насмешки, непонимания, игнорирование... Этот барьер отчуждения испытали на себе многие. Почему и что в таких случаях делать? Многие придерживаются того мнения, что как себя проявишь, так тебя и будут воспринимать. Если ты физически развит, можешь за себя постоять и дать отпор—ты уважаем, и занимаешь свое место. А если стеснителен, не высказываешь своего мнения, боишься от сверстников насмешек, сказанному тобой, боишься проявить себя, как личность—ты «лишний». Вывод: сила уважаема!?

А может быть всё дело в обществе, которое создают взрослые. Для этого достаточно СМИ, которые выплескивают массу негатива, а мы всё это впитываем в себя, зомбируя своё сознание. Не бойся ошибаться, не бойся быть смешным и нелепым в кругу «умников» и «умниц». Говори о своих чувствах, делись своими мыслями, будь самим собой. Из десятка сверстников ты обязательно найдешь друга и единомышленника!

Елена Шипилова

Впервые танцы на колясках как метод реабилитации инвалидов появились в 60-х годах в Великобритании. Как новый вид спорта они начали развиваться в Нидерландах, и уже в 1985 г. прошел первый чемпионат Европы по спортивным бальным танцам на колясках. Сейчас в мире более 5 тысяч человек в 4-х десятках стран занимаются танцами на колясках как на любительском, так и на профессиональном уровнях.

В Санкт-Петербурге вот уже 11 лет работает общественная организация инвалидов «Спортивный клуб танцев на инвалидных колясках "Танец на колесах"». В целях пропаганды активного образа жизни инвалидов танцоры клуба постоянно выезжают с показательными выступлениями в специализированные школы и школы-интернаты, где обучаются дети-инвалиды. Танцами на колясках занимаются в разных формах: это и одиночный танец (SINGLE DANCE)—когда танцует один цело-

## Вторая жизнь

Многие люди смотрят на них с жалостью, с сочувствием, с состраданием, мы даже не представляем как им трудно в этом мире. Но некоторые обретают в себе силу найти свое место в этой жизни! Таким Бог дает шанс на "вторую жизнь", и эта жизнь для них—в танцах, в танцах на колясках!

век, сидящий в коляске; и дуэтный танец (DUO DANCE)—танцуют два партнера в колясках; и комбинированный танец (COMBI DANCE)—когда танцор в коляске в паре с танцором-неинвалидом; и танец в ансамбле (GROUP DANCE)—несколько танцоров в колясках или совместно с партнерами не в колясках.

Каждую весну уже в течение многих лет

проводится грандиозный танцевальный марафон «Кубок Мира», на который съезжаются до тысячи танцоров. Официальные чемпионаты Европы и мира по танцам на колясках проводятся по двум программам: европейской (Standart) и латиноамериканской (Latina). Обе программы состоят так же из пяти танцев. Европейская: Медленный вальс, Танго, Венский вальс, Медленный фокстрот, Квик-степ. Латиноамериканская: Самба, Ча-ча-ча, Румба, Пасодобль, Джайв. Пары выступают в двух классах: 1-й и 2-й, в зависимости от степени инвалидности танцора в коляске (его физических возможностей).

Чемпиона вырастить не легко, но добиться высоких результатов в этом виде спорта можно только благодаря упорству спортсменов, желанию жить полной, интересной, насыщенной жизнью, а также многочасовым изнуряющим тренировкам. «Танцами я занимаюсь более 4-х лет, каждый день и по несколько часов подряд, —рассказывает чемпион мира по танцам на колясках Сергей Антонов, —за это время у меня сменилось 3 партнерши. С одной



из них мы выиграли неофициальный чемпионат России 2004 года, кубок Европы 2005, а самое большое наше достижение это 1-ое место на чемпионате мира».

Зачастую мы сетуем на огромное количество неразрешенных проблем, хотим, чтобы нас пожалели, поддержали, посочувствовали... Эти люди не ищут сочувствия, они просто живут и радуются каждому дню, они не теряют надежды, у них просто есть мечта, и ради этого они живут, живут в танце! И нам есть чему у них поучиться.

Мария Суханкина



## Миф или правда?

Сначала это было как в сказке: вы чуть ли ни каждый вечер гуляли под луной, а твоя комната была похожа на цветочный магазин, он засыпал тебя поцелуями и комплиментами, вы часами могли болтать ни о чем. Жизнь была полна разнообразия и сюрпризов. Но вдруг постепенно ваши прогулки сошли на нет, последний букетик завял еще два месяца назад, да и о комплиментах ты давно забыла. А иногда вам даже не о чем поговорить. И каждый день похож на предыдущий. Тебе кажется, что это конец. Вот она—обыденность и однообразие. Но ты знаешь точно, что вы все еще любите друг друга. Поэтому в панике начинаешь листать журналы и перечитывать статьи о том, как освежить ваши отношения. Но хочу тебя разочаровать—ты делаешь бесполезную работу.

### Миф 1. Дарить подарки и устраивать сюрпризы без повода.

Думаю, об этом ты читала и уже всюю строишь планы, что бы такого сделать. Но, хочу тебе сказать, таким методом ты ничего не добьешься. Максимум, что тебя ждет—это минутная радость молодого человека (далее МЧ) и может быть ответный подарок.

### Миф 2. Вернуться к началу.

Здесь тебе посоветуют вернуть начальные отношения, напомнить ему о былом и т. д. и т. п. Но выражение «все новое—это хорошо забытое старое» здесь неуместно. Конечно, вернуться к букетно—конфетному периоду замечательно. Но подумай, хватит ли этого надолго? Через 2-3 месяца вас опять ждет обыденность. И еще, расскажу тебе маленький секрет, который открыл мне один мой приятель. Молодые люди ухаживают за девушками лишь для того, чтобы произвести на них впечатление. Когда же они добиваются этого, то уже не считают нужным продолжать ухаживания.

### Миф 3. Измениться.

«Изменись! Придумай себе новый образ!»,—пестрят заголовки с журналов. Тут хотелось бы обсудить два момента. Первый: измениться внешне. Да, это здорово, но я вообще не понимаю, как это может «освежить» ваши отношения. Да и потом, представь, если новый образ твоему МЧ совсем не понравится. Второй момент: изменись внутренне. В принципе, поменявшись сама, ты изменишь и ваши отношения. Но во-первых, это требует довольно длительного времени, а во-

вторых он полюбил тебя такой какая ты есть и ему не надо, чтобы ты в себе что-то меняла.

### Миф 4. Удивляй.

Недавно прочитала такую фразу: «Старайся удивлять его каждый день». Интересно, какая же фантазия и изобретательность должна быть у девушки, чтобы каждый день выдумывать что-то новое!? «Конечно, устроить что-то необычное, это замечательно»,—подумаешь ты. Но интересно будет посмотреть на МЧ через месяц после твоих ежедневных неординарных поступков.

### Миф 5. Поговорить начистоту.

К моему удивлению, этот пункт оказался совсем не мифом. Поговорить откровенно это действительно самый верный и действенный способ. Зачем идти на какие-то уловки, когда можно сесть и поговорить со своим МЧ о том, что тебя тревожит? Возможно, он тоже выскажет что-нибудь по этому поводу. И тогда проблему намного проще.

Пара—это два человека! Поэтому здесь важно помнить, что проблема в отношениях – это не только твоя «головная боль», но и его. И избавляться от нее должны вы тоже вместе.

Анна Кашина

## Как подготовиться к экзаменам и при этом избежать стресса

Повышенная раздражительность, усталость, снижение иммунитета, бессонница – все это признаки стресса. Спрашиваете, откуда он? Неудивительно, ведь на носу экзамены. Ближайшие четыре месяца придется провести в обнимку с все возможными учебниками, справочниками и словарями. Как тут ни понервничать?

Подготовка к экзаменам, это всегда трудная, требующая больших сил и времени работа. И в этой статье мне хотелось бы дать несколько советов, как правильно подготовиться к экзаменам и при этом избежать стресса. Существует пять основных правил. Которым непременно надо следовать:

1. Здоровый сон. В период подготовки к экзаменам мозговая деятельность усиливается. Но здесь нужно помнить, что мы можем воспринимать информацию только первые 2-3 часа, и то исключительно в первой половине дня. Поэтому не надо сидеть до ночи и зубрить. Все равно кроме недосыпа и усталости вы ничего не добьетесь. Вот почему так важно давать нашим серым клеточкам отдохнуть и восстановиться. Здесь же хочу отметить, что пред сном неплохо было бы прогуляться, подышать свежим воздухом, чтобы

организм, в том числе и мозг, насытился кислородом.

2. Учить весь материал целиком. «Так, у меня сто страниц текста про эпоху Ивана IV. Если я поделю его на пять частей, то в день получится по двадцать страниц. Так я точно выучу» - думаю, такая картина знакома всем. На самом деле делить материал на части совершенно неверно. Дело в том, что все, что ты выучишь в первый день, на пятый непременно забудется. Поэтому лучше учить все сразу, но повторяя каждый день. Поверь мне, так будет намного эффективней. Да, и обязательно делай двадцатиминутные перерывы.

3. Не меняй полностью режим жизни. Экзамен не самое

главное событие. И подготовка к выпускным или вступительным не должна занимать все свободное время. Твое расписание должно оставаться привычным. Просто теперь в него надо внести еще и подготовку к экзаменам.

4. Не откладывай все на последний момент. Тогда ты точно будешь нервничать, торопиться и бояться не уложиться в срок. Еще придется сидеть над книгами целыми днями. Тут уж стресса будет точно не избежать.

5. Правильно питаться. В такой период организму просто необходимы питательные вещества. Здесь лучше всего подойдут орехи, морковь, капуста, витамин С, бананы, клубника. Они улучшают мозговую деятельность, а горький шоколад будет действовать как успокоительное.

Таким образом, соблюдая все эти правила, ты точно подготовишься к экзаменам. Но главное ты сделаешь это спокойно и без лишнего беспокойства. А о стрессе можно будет даже и не думать.

Анна Кашина



Главный редактор: Ирина Маратканова  
Шеф-редактор: Мария Кузьменкова  
Дизайн и верстка: Ирина Маратканова

#### Адрес редакции:

169900, Республика Коми, г. Воркута, ул. Ленина, 47.  
Телефон для справок: (82151) 3-32-16.  
vorkuta\_dtdm@mail.ru  
Тираж № 2 — 200 экз. Дата выпуска 10.02.2009 г.  
Распространяется БЕСПЛАТНО

#### Над номером работали:

Вероника Козыйкина, Анна Кашина, Елена Шишилова, Алина Сазонова, Виктория Хорольская, Мария Латюк, Арина Хотеева, Наталья Шамилова, Александра Околелова, Анастасия Попова, Валерия Степанова, Диана Моисеева, Алексей Чернилин, Валерия Ольсоев, Оксана Тесёлкина, Мария Суханкина, Кристина Воронова, Лидия Москалюк, Ксения Васильева.

# МЫ

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в т.ч. в электронных СМИ без письменного разрешения не допускается. Торговая марка и торговое имя «МЫ» являются исключительной собственностью МОУДОД «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты.