

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

МЫ

Периодическое издание
детского информационного
центра



Привет, с вами снова «МЫ»!

«А нам все равно!» — поется в песенке неунывающего зайца. И пускай поется! Но нам не совсем все равно что погода выкидывает «фортели». Ведь впереди весенние праздники — 1 мая, 9 мая, и всем нам хочется видеть улыбающуюся мордашку солнца, голубое небо и белые-белые облачка. Хотя, нет, такая весна не всем по душе: давайте всем «аськи» и компьютеры и прочие достижения техники (в компании с новинками моды)!

Ну, уж нет! Весна — время радости и веселья, но никак не для посеревших от компьютера лиц и раздумий великих философов, что бы такое надеть?! Так давайте же растопим лед своих сердец и согреем наш север, «МЫ» точно знаем, что эта весна для исполнений самых заветных и потаенных мечт, для улыбок и смеха, для прогулок с любимыми и родными, для беготни по городу, именуемой паркурром, для ... , в общем, для того, чего пожелаете ВЫ!

В этом номере:

Любителям экстрима



Стр. 4

Они не такие



Стр. 6

В гостях у сказки



Стр. 8

Вся наша жизнь — ИГРА



Стр. 10

ГРЁЗЫ НАЯВУ, или мечтать не вредно

Вы устали, у вас такое вялое состояние, что ничего не хочется? Чтобы вновь вернуться в колею жизни нужно сделать следующее: отключить все, что может помешать, поуютнее устроится на любимом диване и прочитать эти размышления.

Океан — это сама жизнь. Такой же бесконечный и вечный, вселяющий спокойствие. Волны океана — это волнения жизни, заставляющие немного поволноваться, но бодрящие дух. Отлив — это затишье в нашей жизни, во время которого мы скучаем и занимаемся рутинными заботами. Прибой же непременно несет за собой приключения, которые накрывают тебя с головой, и ты полностью отдаешься течению жизни, которое в спешном порядке несет тебя по своему пути...

Ветер... с этим словом непременно возникает ощущение легкого морского бриза, тихий шелест листьев... Ветер символизирует что-то спокойное, протяжное, как сон в летнюю ночь. Вам снится нечто приятное душе, но, увы, проснувшись, мы никак не можем вспомнить, что нам снилось. Помнится только какая-то деталь, правда, и та старается ускользнуть от нашего сознания. Но ведь сон может перерасти в кошмар. Тогда ветер уже не будет легким и жизнерадостным. Он вмиг превратится в устрашающий, заставляющий волноваться, беспокоиться. Он вихрем пронесется по закоулкам нашей памяти и надолго оставит там свой след...

Луна. Всегда тиха, спокойна и печальна. Слегка освещая по ночам Землю, но не раз как бы шепотом говорила нам о том, что ее свет вечен и вряд ли погаснет. Быть может, в этом и есть своя доля хвастовства, но многовековая ее работа ночным светилом говорит за себя.

Бывает порой, что луну закрывают томные, иссиня-фиолетовые тучи, мрачно и неторопливо плывя по своему ночному маршруту. И она, как будто стремясь спрятать свою холодную красоту, стыдливо прикрывается этим рваным одеялом. Тогда на землю быстро опускается мгла, которая, как голодный зверь, безжалостно поглощает все клочки света, куцо разбросанных повсеместно...

Солнце же — полная противоположность луне. Яркое, бесконечно счастливое, дарящее свет и ничего не требующее взамен. Будучи неиссякаемым источником позитива, оно ни на чьи нелестные мысли о нем не обращает внимания. Светит себе и светит, надуваясь от удовольствия, что играет в нашей жизни очень важную роль. Его свет слепит нам глаза, но оно является настолько неотъемлемой частью нас.

Как только вы закончите чтение, отложите подальше газету, лягте на спину, закройте глаза и просто мечтайте. Мечтать не только прекрасно, но и значительно восстанавливает уставший от повседневных передряг организм, а так же тонизирует мышление. Дерзайте и мечтайте!!!

Мария Латюк

ДЕЛОВАЯ ВЕСНА

На что же действительно нужно делать этой весной? Кто-то гоняет мяч во дворе уже в весенней курточке, кто-то сидит дома

и помирает от тоски смертной, а кто-то бежит с друзьями по магазинам, выставкам, кинотеатрам. А ведь можно провести время с пользой, например, сходить на каток (тут уже сами выбирайте, пойдете вы в «Олимп» или побегите на озеро), можно заняться помощью братьям нашим меньшим: кормушки развесить, пристроить бездомных кошек и собак. Словом, каникулы — свобода действий, только и успевай вертеться.

Но результаты опроса по городу были достаточно предсказуемы: самое большое количество ответов склонилось к отметке «работа», что в принципе, правильно — на дворе несчастный кризис, который надоел всем вокруг. Следующее место в рейтинге

«Спешите, пока весна не прошла, пока все на свете возможно!» — именно под таким девизом должно проходить самое долгожданное время года.

прочно заняла графа «отпуск», что тоже не оригинально. Люди устали, к тому же еще живем на крайнем севере, что заметно

сказывается на здоровье и настроении. На календаре апрель месяц, на улице все еще никак не сгинет февраль, ну а на душе противный ноябрь. Далее идут бодрим рядом патриоты: прочистить город от снега к «настоящей» весне. А вот сейчас действительно весенние мысли: влюбиться и насажать от радости цветы, радоваться весне и улыбаться — так проходит весна у оптимистов, способных радоваться даже серым лужам и слякоти на дорогах!

Так что спешите сделать все, что задумали, воплощайте свои фантазии, и не бойтесь ничего, ведь вам будет покровительствовать сама госпожа ВЕСНА...

Мария Латюк

Если Вы по утрам «сонная ворона»

Все как в анекдоте. Одна подруга спрашивает: «Твой муж кто? Жаворонок или сова?» А ей другая отвечает: «Медведь!» «А это как?» «Все очень просто: рано ложится, поздно встает, и все равно не высыпается!»

И вы так же, как герой этого анекдота, не высыпаетесь? Плохое настроение, нулевая работоспособность, головные боли и прочее преследуют вас по утрам? Все очень просто и поправимо.

Для начала нужно соблюдать несколько правил. Первое самое простое: соблюдать режим сна, т.е. всегда ложиться спать в одно и то же время. Второе правило — никогда не вскакивайте сразу после того, как позвонил будильник. Лучше заведите его на пять минут раньше положенного. Будильник прозвенел. Вы, не открывая глаз, томно потянитесь, позевайте, подвигайте руками и ногами в разные стороны. Только теперь потихоньку открывайте глаза. Ну что, легче стало просыпаться?



П о к а Встав с кровати, не спешите на кухню. Сначала разденьте шторм, откройте форточку. Вы будете на кухне, комната проветрится, и из нее уйдет негатив прошлых дней. Собираясь по своим делам, не забудьте захлопнуть форточку.

По пути на кухню остановитесь перед зеркалом, покривляйтесь, улыбнитесь сами себе и скажите себе пару комплиментов и наставлений, например, «У тебя все получится!» и т.д.

Не надо по утрам морить себя нескончаемыми чашками кофеина и бутербродами на скорую руку — все это вредит организму. Гораздо лучше выпить горячего зеленого или любого другого чая и съесть кашу с фруктами.

Великий Конфуций не зря замечал, что первые 20 минут после сна являются залогом всего дня. И следуя этим правилам, вы, просыпаясь по утрам, будете чувствовать себя на все 100 и проведете день с максимальной пользой.

Мария Латюк

ВСЯ ПРАВДА

Летом, идя по улице, мы не редко встречаем девушек и молодых людей, у которых на той или иной части тела красуется живописный рисунок, а то и два. Эти, так называемые татуировки, действительно выглядят очень эффектно, что глядя на них, самим непременно хочется сделать что – нибудь подобное, а может даже ещё лучше. Но прежде чем бежать набивать рисунок, неплохо было бы и ознакомиться с этим видом искусства.

О ТАТУ

Что скрывает под собой искусство татуировки

Еще век назад татуировка была распространена лишь среди моряков и уголовников. Но сейчас её популярность возросла. Почти треть молодого населения мечтает сделать себе тату. Ведь это дает возможность быть модным и современным. Но порой увлечение этим видом искусства доходит до абсурда. Человек, сделавший себе одну тату, приходит в салон с просьбой набить и вторую, и третью. А нередко мы даже можем встретить людей, похожих на «ходячую галерею». Выглядит это очень эффектно, но все же надо понимать, что такое повышенное желание украсить свое тело рисунком, всего лишь прихоть, которая рано или поздно станет неактуальной и ненадежной.

Чем наколка отличается от татуировки

Многие считают, что тату и наколка – вещи одинаковые. На самом деле разница между ними есть. Татуировка – отдельный вид искусства. Наводится она в специализированных салонах профессиональным мастером – художником. Наколка же создается, как правило, непрофессионалами, без соблюдения каких-либо правил гигиены. И часто ассоциируется с преступным миром.

Прежде чем...

Нанесение татуировки – дело серьезное. И относиться к этому надо с полной ответственностью. Прежде всего, не несись в первый попавшийся салон. Там могут сделать, что попало и как попало. Лучше сначала разуйся, где делают качественнее и профессиональнее. И запомни одно

главное правило, если в салоне тебе предложат сделать обезболивающее, сразу беги от туда. Дело в том, что ни в одном престижном тату – салоне никогда не делают наколку татуировки с анестезией. Клетки кожи, конечно, теряют чувствительность, но зато когда действие обезболивающего проходит, рисунок теряет форму и исправлять его уже очень тяжело, а главное дорого. Так же стоит обратить внимание и на инструмент, которым выполняют татуировку. Все должно быть чистым и стерильным. Да, и не надо торопиться с выбором картин, подумай несколько раз, прежде чем что – то выбрать, и обязательно узнай о значении своей будущей

татуировки.

Стили татуировок

Если же вы все-таки решились сделать себе «татушку», то неплохо было бы и ознакомиться со стилями татуировок.

Американский стиль тату: для него характерны: сердца, ленточки с надписями, ласточки, кинжалы со змеями и т. п.

Этнические тату: в основном это древние племенные рисунки, орнаменты народов мира. Особой популярностью пользуются восточные мотивы и иероглифы.

Анималистические татуировки: изображения животных, птиц, насекомых, рыб и других представителей животного мира.

Растительные тату: цветы, растительные орнаменты и другие темы, связанные с растительным миром.

Портретные татуировки: в основном, это портреты любимых, близких людей, Или знаменитых актеров, спортсменов, певцов, а также домашних любимцев.

Стиль фэнтази в татуировке: примерами данного стиля являются картины художников, таких как Джулия Бэлл, Борис Валеджо и другие.

Биомеханика и татуировка: основной мотив для биомеханической татуировки — это игра плоти и механизмов.

Стиль и отражение в тату Кибер-панка: это слияние этнических направлений с биомеханикой.

Традиционный стиль тату: обычно это пронзенные сердца, розы, кинжалы, змеи, якоря, русалки, корабли. Прimitивные изображения с минимальным разнообразием сюжетов.

Японский и китайский стили татуировок: различные китайские, японские мотивы: иероглифы, драконы.

BLACK&GREY: главное его отличие от других, и прежде всего от графики, - наличие объема и полутонов.

Кельтский стиль татуировок: звери в растительных плетениях. Элементы дизайна, стилизованные под предметы быта, сказок.

Как наносится и сводится татуировка

Процесс нанесения татуировки предусматривает введение под кожу красителей, которые поглощаются клетками-макрофагами, благо-



даря чему проникновение красителей в более глубокие слои кожи не происходит. Прежде чем приступить к нанесению рисунка на кожу, мастер вместе с клиентом подбирает узор. Затем эскиз переводят на кальку, а через специальную копировальную бумагу — на тело. Участок кожи, где будет делаться татуировка, обрабатывают антисептическим средством. Само татуирование – процесс достаточно болезненный и долгий. Хотя все зависит от места, куда будет наноситься «татушка». Помни, чем ближе к кости, тем больнее. После завершения процедуры место, подвергшееся татуированию, обрабатывают сначала антисептическим раствором, затем специальной заживляющей мазью, а сверху накладывают защитную повязку. Кроме того, клиент должен получить от мастера подробную инструкцию по уходу за участком тела с татуировкой.

Что касается избавления от татуировки, то это намного сложнее. Мало того, что дорого, так ещё и болезненно. Рисунок удаляют либо с помощью специального лазера, либо с помощью дермабразии. Популярностью так же пользуются удаление с помощью химических веществ, целью которых является отшелушивание верхних слоёв кожи с частичками красящего вещества (пилинг).

Самое страшное

Помимо восхищения окружающих татуировка может вызвать и ряд проблем, о которых ты обязательно должен знать. Во - первых, может появиться аллергическая реакция, хотя это встречается очень редко, но все же существует такая возможность; во – вторых, недостаточно стерильные приборы и иглы, могут привести к заболеваниям, которые вызываются переносчиками инфекций (гепатит и СПИД). Также могут появиться уплотнения под кожей вокруг чужеродного вещества (красителя): Ну и самое главное, что после процедуры выведения тату остаются шрамы.

В этой статье «Мы» рассказали все возможное об этом чудном виде искусства. Здесь есть как плюсы, так и минусы. Поэтому перед тем как сделать татуировку, подумайте, действительно ли она вам нужна. И помните, красота все – таки не стоит таких жертв.

Анна Кашина.



Брейк-данс – это круто

Он настолько отличный от всех других видов танца, что первое, о чем люди спрашивают, когда видят это: «Где эти ребята так научились танцевать?» Во многих странах создаются школы брейка, где каждый желающий может научиться танцевать. В нашем Дворце также есть своя школа брейк-данса, где каждый желающий может научиться этому танцу. Здесь можно в полной мере выразить себя, выплеснуть позитивную и отрицательную энергию, выяснить отношения на языке музыки (battle), стать сильным, дисциплинированным и уверенным в себе человеком.

«Мы» задали несколько вопросов Максиму Владиславовичу, преподавателю брейк-данса в ДТДиМ:

— Брейк-данс - это танец или вид спорта?

— Брейк-данс - это и танец, и вид спорта, потому что в нем присутствуют элементы различных видов спорта (спортивная гимнастика, легкая атлетика) под музыку.

— Чем он отличается от других танцев?

— Этот танец привлекает к себе внимание людей, и это не удивительно, ведь он не похож на другие стили. Ни в одном другом танце, как в брейке, нет столько акробатических элементов, выпрыгиваний, зависаний и других разнообразных сложных трюков. Именно поэтому брейк-данс владеет умами миллионов

Вы, конечно же, не будете спорить, что танцевать всегда приятно. Танец может помочь выскочить из депрессии и пробудить нас для активной жизни. Движение телом под музыку дает нам дополнительную энергию и просто поднимает настроение до максимума. Это такое же естественное состояние, как и дыхание. Вот почему мы, танцуя, чувствуем себя в состоянии, близком к эйфории: улыбка во весь рот, глаза блестят, руки-ноги в свободном полёте. Врачи бы вам сказали, что это происходит потому, что движение вызывает активный выброс в кровь эндорфинов, таких маленьких частиц, которые отвечают за наше хорошее настроение. И если хотите быть здоровыми, танцуйте до упаду, но не забывайте, что танец должен быть в удовольствие. Но что же делать, если вас не отдали в детстве в танцевальную студию? Не отчаивайтесь! Начинать танцевать никогда не поздно. Именно для этого случая есть брейк-данс!



молодых людей во всем мире.

— А какие бывают виды брейка?

— Он делится на нижний и верхний брейк. Нижний брейк требует очень хорошей физической подготовки, так как его составными частями являются очень сложные акробатические элементы. Нижнему брейку мы уделяем максимум внимания и любви! В отличие от нижнего брейка, верхний брейк не такой экстремальный, но требует хорошей пластичности и танцевальной подготовки, отсюда его привлекательность и необычность.

— Какие элементы считаются самыми тяжелыми в брейк-дансе?

— Это различные акробатические, силовые элементы, например, Backspin, Suicide, Swipe, Windmill, Drop, Freeze.

— Заниматься брейком очень опасно?

— Это опасно, если заниматься без контроля профессионала или опытного преподавателя. И обязательно должна присутствовать защита от травм, синяков - щитки и наколенники.

— Как называют людей, занимающихся брейком?

— Они называются брейкерами, или, если точнее, лица мужского пола называются Би-Боями (B-Boys), а лиц женского пола - Би-Гёлами (B-Girls).

— Сколько нужно времени, чтобы хорошо научиться танцевать брейк?

— Большинство людей занимаются 1.5 - 2 года. Но как хорошо они это сделают, зависит только от них самих.

Вообще, в брейк приходят по трём причинам: потому что это действительно КРУТО (так же немалую роль здесь может играть обыкновенная человеческая зависть: почему они могут, а я нет?), потому что понравился сам танец, или просто не чем заняться. Приходи в ДТДиМ и стань настоящим брейкером! =^_^=

Эмилия Никитина

ПК или любителям экстрима

Если естественный способ передвижения наскучил и тебе хочется массы незабываемых впечатлений, а также экстрима и драйва, то паркур создан именно для тебя!

Паркур—это особая дисциплина, благодаря которой можно привести в порядок свои тело и дух, а также научиться массе трюков, которые, в свою очередь, могут понадобиться в какой-либо ситуации. Например: для девушек, вместо того, чтобы оказаться жертвой какого-нибудь маньяка или же отдубасить его сумочкой по голове (или ещё почему—нибудь), можно ловко от него ударить быстрее, чем он сообщит, что вообще произошло. Ведь лучше избежать (во всех смыслах этого слова) конфликта, чем вступить в него. В своём примере я не случайно упомянула девушек, так как паркуром можно заниматься любому. Неважно также, сколько тебе лет, если ты стремишься к свободе в движении, без всяких навязанных обществу правил и ограничений.

Сутью паркура являются движение вперёд и преодоление любых появляющихся на пути препятствий. А его главные составляющие - это

сила (и её правильное использование), скорость, реакция, ловкость. Для трейсера (человек, занимающийся паркуром) также крайне важно умение оценивать обстановку и свои возможности, чтобы использовать их без риска для жизни. Для людей, занимающихся паркуром, характерны дисциплина, уверенность в себе и в своих силах, стрем-



ление побеждать, преодолевать свои страхи, свободно и максимально быстро перемещаться везде. Паркур создан для помощи людям развивать собственную дисциплину, а так-

же физически совершенствоваться. Сочетает он в себе особое мировоззрение (философию), лёгкую атлетику и билдеринг (лазание по стенам). В настоящее время это искусство, которое постоянно изменяется и пополняется новыми трюками и акробатическими элементами.

Вообще паркур—это доказательство того, что границ не существует. Есть только кратчайшие пути, которые тебе нипочём. Деревья, заборы, парапеты и перила, для пешеходов они помехи, для трейсеров же препятствия, не составляющие трудов. Конечно, в процессе обучения паркура не обойтись без всевозможных травм, но как сказал величайший трейсер и основатель паркура Давид Белль: «Я рад, что могу чувствовать боль, как и все». Кстати, в настоящее время Давид Белль начал своё мировое турне с ассоциацией PAWA «Parkour Worldwide Association» и командой трейсеров, которую сам сформировал.

Так что, если тебе не страшны синяки, разбитые колени, и ты не любишь ходить по тротуарам—вперед, возможно паркур—это твоё!

Алина Сазонова

Чтобы скуку разогнать

Разные увлечения, разные виды спорта... А узнать что-то новенькое интересно всем. Не каждый человек зимой будет кататься на скейтборде, роликах или велосипеде! Поэтому сейчас вы узнаете о «мини увлечениях». Например, существуют всем известные мини футбол, настольный теннис и многое другое, но есть и те, которые даже не подозревают о существовании фингерборда.

Фингерборд (Фингер) (от англ. доска для пальцев) это в несколько десятков раз уменьшенная модель скейтборда. Состоит в основном из таких же деталей, как и скейтборд. Для катания на нем существуют правила, трюки, соревнования... Фингербординг официально еще не признан спортом, но он уже стал довольно распространенным среди подростков.

История фингерборда, как это не странно, началась в Калифорнии. Его изобрел молодой скейтер, который очень хотел пойти покататься с друзьями, но был вынужден весь день просидеть дома из-за дождя... И ему пришла в голову мысль сделать копию настоящего скейта, а вскоре он научился делать на нем все скейтерские трюки. Так совпало, что отец у этого парня был главой крупной игрушечной фабрики, и он решил, что выпуск этих игрушек может принести неплохие деньги, ну, а что бы было интересно «играть» в скейт, он решил в точности воспроизвести все детали доски на колесах.

Позднее, когда сын вырос, он организовал компанию по производству фингербордов, получившую названия Techdeck. Fingerboard получил широкое распространение в Соединенных Штатах. Новоявленным фингербордистам, которые давно выучили все скейтерские трюки на пальцах, быстро наскучило просто прыгать по столу, и компания Techdeck начала выпуск специальных фингербордпарков, чтобы



сделать развлечение более интересным. В настоящее время существует коллекционеры этих парков.

Фингерборд стал популярным по всему миру, по нему проводятся соревнования с настоящими, неигрушечными призами... Соревнования по пальчиковой доске проводятся и в России, на них приходит много народу, но к сожалению бывают они 1-2 раза в году и только в Москве.

Фингерборд не просто игрушка. Это клевое представление в умелых руках. А потому для заинтересованных читателей, «МЫ» предлагаем несколько советов: во-первых, можно использовать только 2 или 3 пальца. Обычно, это указательный и средний, либо указательный, средний и безымянный, а вот большой палец нельзя использовать для того, чтобы прыгать, он используется только для «грэбов» в воздухе (grab – захват доски в воздухе, англ.); во-вторых, нельзя приземляться ладонью на фингер; и в-третьих, запрещается ловить доску в воздухе, а потом приземляться. Вы должны приземляться пальцами, а не кулаками! Не жульничайте!

«МЫ» надеемся, что эти советы помогут вам, и у вас появится новое увлечение, а может быть, это станет вашим занятием по жизни! Желаем удачи!

Елена Шипилова
фото Анна Кашина

И почти никто не задумывался над этим вопросом, но все же почему девушки перестали носить юбки? Давайте углубимся в историю и узнаем, когда же наступила «эра брюк».

Всё началось в Средневековье... Великая воительница-

Юбка или брюки?

ца Жанна Д Арк носила мужскую одежду, хотя в то время женщины в брюках выглядела нелепо и смешно, более того, дамам вообще запрещалось носить штаны. Вскоре после Жанны Д Арк такая мода проникла и в Россию, но в 18 веке после правления Петра Первого брюки разрешалось носить только мужчинам. И буквально двести с лишним лет спустя создатель более 50 показов знаменитая модница Коко Шанель выпустила первую коллекцию брючных костюмов для женщин, которая затмила всех модельеров во всём мире! Всё началось с того, что Коко любила надевать одежду мужа и разгуливать в ней по улицам Парижа. Но никто не посмел посмеяться над ней. И все девушки наоборот нашли что-то оригинальное в её наряде. И теперь в шкафу каждой модницы есть брюки или брючный костюм. Но мы так и не ответили на поставленный вопрос, почему девушки перестают носить юбки? При опросе большинство девочек отвечало, что в джинсах или брюках им более удобно, чем в юбке. Но всем девушкам не стоит забывать, что они представительницы прекрасного женского пола, и им нужно сохранять свою женственность. Тем более существует один научный факт, установленный в Институте психологии в Калифорнии, парни больше обращают внимание на девушек одетых в юбку, чем в брюки. Но всё равно сравнивать два этих «атрибута» красоты нельзя, т.к. настоящая леди будет выглядеть прекрасно, как и в джинсах, так и в юбке.

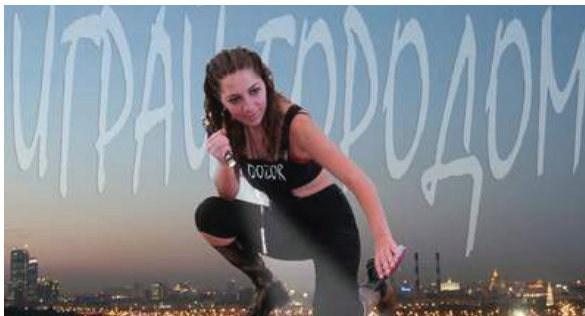
Девчонкам стоит над этим задуматься, и теперь в их гардеробе появятся не только новые джинсы или брюки, но и хотя бы одна юбка.

Арина Хотеева

Ночной дозор

Проехав ещё около километра, команда приехала на место назначения. На дворе стояла ясная и тёплая ночь, а жёлтая луна медленно выходила из-за тёмных туч. Несколько участников прошли вдоль улицы и увидели на одном из указателей надпись, состоящую из цифр. Приблизившись, команда поняла, что они нашли код, который укажет им путь дальше...

Думаете, что это отрывок из знаменитого блокбастера? Не угадали, существует такая молодёжная игра «Ночной дозор», в которой участвуют различные команды. Одно из главных условий этой игры, это наличие автомобиля, на котором участники ночью путешествуют, выполняя задания. Организаторы «Дозора» всеми силами пытаются придумать новые и интересные испытания



для игроков. Поэтому каждая игра проводится в своей теме. Выполняя каждое задание, команда находит код, состоящий из цифр. Отправив его организаторам, они получают дальнейшие указания. Участники игры не только путешествуют по различным местам, но и отгадывают логические задачи. Они могут быть, как сложными, так и легки-

ми. Например, организаторы игры могут взять задания из контрольных работ за пятый класс, но даже с такими простыми задачами игроки часто не справляются...

Также у каждого «испытания» есть свой уровень опасности, например, если он очень высокий, на выполнение этого задания девушек не пускают, а значит «в бой» идут одни парни. Победителями становится та команда, которая за короткое время сможет выполнить все задания, потом победившую команду будет ожидать приз.

Такая игра проводится совершенно бесплатно и в основном по Московской области. Так что, «искатели приключений» могут получить свою порцию адреналина на игре «Ночной дозор».

Арина Хотеева

ОНИ НЕ ТАКИЕ...

В древних манускриптах есть предсказания о «других» людях, которые придут на Землю в самое трудное и важное время. Они принесут важную информацию о том, как живущие на планете могут изменить свою судьбу, избавляясь от страха и ненависти. И с их появлением у человечества появится надежда. Кто они—люди Индиго?

Почему «Индиго»?

Так назвала их американская ясновидящая Ненси Энн Тэпп, первая, кто описал уникальность новых детей. За необычный насыщенный ярко-синий, не встречающийся ни у кого другого, цвет их ауры.

Интересно, что синему цвету приписывают особые свойства. Говорят, что он помогает общаться к глубочайшим тайнам духовной жизни; это цвет целеустремленных людей. Вообще-то аура человека многоцветна, но в этом цвете, с точки зрения эзотерики, хранится информация о его жизненной задаче, решить которую он должен здесь, на Земле.

Внимательные педагоги и врачи обнаружили, что большинство детей необычны: они совмещают в себе, казалось бы, несовместимое. Плохие оценки, но тестирование показывает высокий уровень интеллекта, ребёнок неусидчив и не способен к концентрации внимания, а от некоторых «думательных» игр не оторвешь часами. Груб и некоммуникабелен, а малыши и животные ходят за ним безотвязно; способен на жестокость, но кидается на помощь слабому. Лжёт, а кое-что из его фантазий оказывается чистой правдой. Не подчиняется приказам, но легко общается со взрослыми на равных. Таких детей называют «дети света», «тефлоновые дети», «одарённые», «особенные», «дети Эры

Водолея», «дети Индиго». Возможно, именно с ними на Землю приходит новое человеческое сознание.

А дети рассказывали удивительные вещи, про свои прошлые жизни, про разговоры с животными, про вещие сны. Некоторые могли «читать» мысли и предсказывать события, видеть ауру и чувствовать глубинные эмоции других людей.

Велика вероятность, что ваш ребёнок—Индиго, если:

- уже в 1,5–2 года говорит о себе не в 3-ем лице, а в первом (раннее осознание себя отдельной личностью)
 - общается с людьми легко, но сам выбирает, с кем общаться, а с кем нет
 - постоянно испытывает информационный голод (без новой информации страдает так же, как мы без пищи)
 - на жесткие приказы не реагирует или бурно протестует, но если объяснить вашу просьбу, делает охотно и старательно
 - стремится все исследовать и изучить самостоятельно; им нужно меньше времени для сна (своя энергетика высокая)
 - любит экспериментировать... очень усидчив, когда какое-то дело увлекает его
 - когда его не принимают, предпочитает гордое одиночество
 - обладает ярко выраженными экстрасенсорными способностями—видение энергии, умение лечить, имеет собственное представление о жизни и стремится следовать ему негибимо.
- Индиго вообще можно сломать, но согнуть

невозможно.

Многие считают, что дети Индиго—это вестники будущего планеты. Они словно мост между двумя измерениями: от старого—к новому, от материального—к духовному, от Тела—к Душе, к Духу.

Детям индиго приписывают болезни такие как, СДВ и СГДВ. СДВ—люди не в состоянии в течение продолжительного времени сосредото-

чиваться на одном деле, так как не способны концентрировать своё внимание на чём-то одном.

СГДВ—синдром гиперактивности и дефицита внимания—шумны и импульсивны, безумно активны и просто не в состоянии посидеть на месте. Поскольку они плохо учатся, наши врачи довольно легко прописывают им амфетамины. Это группа лекарственных стимуляторов, которые считаются у нас наркотическими веществами. Считается, что они не вызывают привыкания у детей, а потому якобы безвредны (что пока не доказано), од-

нако они притупляют творческие способности и интуицию. Такими детьми становится легче управлять, но интеллект от этого страдает. Врачи легко выписывают такие препараты детям с СДВ и СГДВ и детям Индиго, если они сопротивляются неправильной системе воспитания и не подчиняются указаниям. Поэтому важный совет родителям: даже если вам очень тяжело управляться со своими Индиго, прежде чем поверить врачу и приступить к медикаментозному лечению, найдите единомышленников.

Ищите решения и никогда не смиряйтесь, когда вам говорят, что ваш ребенок плохой, не такой как все.

Елена Шипилова



Ни для кого не секрет, что в наше время все чаще и чаще общество сталкивается с такой проблемой как подростковый суицид, или, как называют его психологи, «пубертатным суицидом». Суицид—это попытка самоубийства. Чаще всего человек, способный на такой поступок, находится в глубокой депрессии, что и наблюдается у современных подростков. Почему же подростки доходят до такого состояния? «Мы» решили разобраться в этом вопросе...

Психологи утверждают, что, в основном, конфликты в семье побуждают ребенка встать на «суицидный» путь решения проблемы. Но нельзя забывать об еще одном важном аспекте подростковой жизни—школе. Ведь всем известно, что самая жестокая социальная среда – подростковая. В данной среде ребенок приспособляется, но как говорится: «Раз на раз не приходится». Не каждый подросток может «ужиться» со сверстниками, что часто и толкает на совершение самоубийства.

Ум с сердцем не в лагу

Ну и самый главный «двигатель» этой проблемы—любовь. Всем известно, что у каждого в юном возрасте бывает первая любовь: самое нежное и прекрасное чувство. С одной стороны, все мило и замечательно: дети живут, учатся, любят, т.е. все, как и положено развивающемуся человеку, в процессе становления личности, но с другой—любовь не всегда красива и, самое страшное, взаимна. Несчастливая любовь, неразделенная любовь, зачастую является самой главной причиной суицида. Подростки забывают о нравственных ценностях, таких как, отношения с родителями, друзьями и т.д. Многие дети бросают спорт или какие-либо другие увлечения

ради одного человека, которого они считают «самым дорогим на свете». Начинаются конфликты в школе, в семье, и в итоге не остается ничего, ребенок думает, что терять ему нечего и решает покончить жизнь самоубийством.

Многие психологи «ломают головы» над данной проблемой. Кто-то думает, что все зависит от воспитания родителей, кто-то считает, что решение заключается в том, чтобы уделять должное внимание подростку, есть и те, кто полагает, что «подобную дурь» из ребенка следует «выбивать» в прямом смысле этого слова. Но, самые страшные те, кто считает, что их детей такая проблема никогда не коснется. Но это касается каждого. И задача взрослых в данной ситуации – помочь нам, подросткам. Обратите внимание на своих взрослеющих детей, подумайте, все ли у них в порядке, и тогда, возможно, вы сможете сберечь жизнь самого родного и любимого человека.

Алексей Чернилин

Мании бывают разные

Мания—это непреодолимая тяга к чему-либо, или к кому-либо, правда во втором случае—это уже носит другой характер, но это уже совсем другая история.

Некоторые виды маний заменяют нам «вредные» мании, такие как алкоголизм, курение и т.д. и т.п. Список на самом деле упомогающий, ужасаешься, когда начинаешь перечислять.

Габромания—чрезмерная весёлость; айлюромания—нездоровый интерес к кошкам; киномания—патологическая привязанность к собакам. Доромания—непреодолимое желание дарить подарки; графомания—страсть к процессу письма; филопатридомомания—тоска по дому; аблютомания—патологический интерес к мытью и купанию; коломания—невротическая уверенность в своей красоте; мифомания—патологическое стремление лгать и преувеличивать; логомания—ненормальная разговорчивость, сквандермания—страсть тратить

деньги.

Мания практически противоположна депрессии. Она в типичных случаях характеризуется не соответствующей реальным жизненным событиям, бьющей через край



веселостью, чрезмерной физической активностью, ускорением движений и речи. Человек в состоянии мании, как правило, эйфоричен, но может также быть раздражительным, придирчивым или откровенно враждебным к окружающим.

Объект тяги может быть как материальным, так и не материальным, т.е. воплощен в каком-либо действии или цепи действий,

но, тем не менее, завязано на каком-нибудь предмете реального мира. Всем известная фраза «Каждый сходит с ума по-своему» имеет непосредственное отношение к мании как явлению, т.е. мания, как и фобия многолика.

Запомните, куда лучше тратить кучу денег на поиск и приобретение редких и редких музыкальных записей, чем зависать в баре и катиться по наклонной. Ведь ради удовлетворения запросов своей мании человек растет и прогрессирует, если она не относится к так называемой «вредной» мании. Мания неисчерпаема, это вечный двигатель в отличие от мечты, которая имеет свою конечную цель. И именно этим она и примечательна. Мания бывает очень полезна и нередко играет роль дополнительного стимула к существованию и творческому созиданию. В самые трудные минуты лишь мания может тебя спасти, но она не должна пережидать через край. Всё хорошо в меру.

Мария Латюк

Аськоманы

Аббревиатура ICQ знакома всем. Так называемая «Аська» имеется у каждого второго. Это универсальное средство общения посредством компьютера в режиме реального времени. С одной стороны да, очень удобно, можно общаться, набирая сообщения, и тут же получать на них ответ. В наше время человек, у которого нет «аси» вызывает удивление и считается несовременным. Все остальные просто одержимы ей. И поэтому не понимают, что у такого общения больше минусов, чем плюсов.

ICQ действует, как наркотик. Стоит подростку один раз попробовать и все, он полностью в ее власти. Днями и ночами как сумасшедший сидит в своей комнате за компьютером и тыкает по клавишам, забыв про все и про всех. Постепенно он становится аськоманом. Но это ещё пол беды! Разработчики ICQ дошли до того, что их изобретение появилось ещё и на сотовом телефоне. Теперь подросток может без проблем общаться с друзьями не только дома, но ещё и в учебное время. И не удивительно, что популярность таких мобильных «асек» только растет. В Гимназии №2 среди десятиклассников был проведен опрос «Есть ли у них ICQ на телефоне и пользуются ли

они ей в учебное время?». Оказалось, что из 25 человек у 16 есть ICQ и 14 из этого количества пользуются ею во время уроков. Её использование во время учебы стало глобальной



проблемой, все доходит до абсурда. Не редко встречаешь такую картину: сидят две подружки за одной партой, им очень хочется поговорить, и они начинают общаться через ICQ. Это ужасно! Мало того, что отсутствует живое общение (лучше уж пошептаться, а вообще было бы хорошо потерпеть до перемены), так ещё и затормаживается учебный процесс. Все внимание фокусируется на приходящих сообщениях, а не на том, что говорит учитель. Ребенок пропускает мимо ушей новый материал, а, следовательно, падает его успеваемость. Бедные учителя и родители не знают даже как с этим бороться. Зависимость от «асек» я бы, пожалуй, поставила на один уровень с зави-

симостью от игровых автоматов и наркотиков. Пусть таких зависимых людей мало, но все же они есть. Могу даже привести пример. Одна девушка полдня отпраив-

ла сообщения своему парню, но он не отвечал. Тогда эта аськоманка закатила такую истерику: «Всё он меня бросил! Я ему больше не нужна! Он не отвечает мне в аське»,—вся в слезах жаловалась она своим подружкам. На самом деле было все просто. Парень забыл дома телефон с аськой и поэтому не мог ей написать. Подобных случаев немало. Вот до чего доводит «неживое» общение. Как вообще можно судить о человеке, о его мыслях и чувствах, не видя его, не слыша его голоса, и получая вместо настоящих эмоций отражающие их смайлики. Какое удовольствие можно от этого получить? Почему бы просто ни пойти и не встретиться? Так намного интереснее, а главное, можно также наобщаться вдоволь, но вживую. «Ну а если все-таки нет возможности встретиться, а пообщаться хочется, что делать?»—спросите вы. «Неужели просто нельзя позвонить?», — отвечу я вам. Пусть вы не будете видеть друга, но зато хотя бы слышать его голос, а не писклявый звук входящего сообщения.

Как же жаль, что ученые не придумали ещё лекарство от такой зависимости. Конечно, взрослые могут просто забрать телефон. Но как же тогда они будут звонить ребенку? А компьютер? Не заберут же они ещё и его! Поэтому я призываю самих ребят: «Удаляйте аськи с компьютеров, телефонов. Общайтесь вживую! Ведь это здорово каждый день видеть друга, его эмоции, разговаривать с ним, слышать его голос! Пока вы жмете на кнопки, мимо вас проходит настоящая реальная жизнь»

Анна Кашина



Не просто ТЕАТР

В детстве мы все очень любим слушать сказки и верим в волшебство. Но, повзрослев, теряем веру и чудо для нас заканчивается. И все же, к большой радости есть ещё люди, которые все равно будут любить сказки, и в 5 лет, и в 10, и даже в 18. Именно благодаря им уже на протяжении пятнадцати лет в стенах Дворца живет «Сказка».

Ее родительницей стала главная сказочница Воркуты, опытный режиссер, мастер по изготовлению кукол, да и просто замечательный человек Татьяна Алексеевна Ермакова. Благодаря ее фантазии и профессионализму на свет появились невероятные кукольные спектакли, полюбившиеся юным зрителям. «Огненная змейка» - так назывался первый спектакль поставленный начинающими артистами театра. Он имел огромный успех и именно поэтому стал своего рода талисманом удачи. Сейчас в репертуаре коллектива такие спектакли как: «Буратино», «Чиполлино», «Волшебник изумрудного города». А так же постоянно появляются новые интересные концертные постановки: «Колечко», «Богатыри», «Лев и дрессировщики», «Славное звание - педагог» и многие другие. Начинающие актеры изо дня в день трудятся на сцене: учат сценарии, репетируют. Но чтобы поставить спектакль одного актерского мастерства, выразительной речи и хорошей памяти мало. Рождение спектакля начинается, прежде всего, с создания кукол. В арсенале театра в основном хранятся куклы из папье-маше. И их создание это очень тяжелый, трудоемкий, но в то же время интересный процесс. Все начинается с задумки. Главный режиссер придумывает образ. Затем техническая группа, которая как раз и занимается созданием кукол, рисует чертеж. По нему из пластилина лепят основу, затем обклеивают папье-маше в несколько слоев и шлифуют для ровности. Следующим этапом становится шпаклевание и грунтовка будущей куклы, а так же нанесение первого слоя краски. И завершается рождение героя тем, что художник прорисовывает глаза, нос, рот, придает выражение лица, и одевает ее.

Конечно, театр может гордиться не только своим огромным количеством постановок и невероятными куклами, но и большим числом наград. Коллектив является лауреатом городского фестиваля театрального искусства, обладателем гран-при фестиваля за лучшее режиссерское, художественное и музыкальное решение спектакля «Приключения Буратино», лауреатом республиканского театрального фестиваля «Ухтинская театральная весна».

А в 2007 году театру было присвоено звание «образцовый». Все эти заслуги говорят о высоком уровне профессионализма всего коллектива, и, конечно же, замечательных педагогов Натальи Владимировны Флюнт, Екатерины Анатольевны Флоровой и Ольги Викторовны Егорченковой, которая в прошлом тоже была воспитанницей театра. Благодаря им ребята овладевают магией кукловодства и актерским мастерством. Но это ещё не все: на занятиях внимание уделяется так же развитию сценической речи, пластике тела и укреплению мышц. С 2004 года театр работает по программе «Куклы, игра, театр, жизнь», которая является победителем Республиканского этапа VII Всероссийского конкурса авторских программ дополнительного образования. Основой всех сценарных постановок является обращение к личности маленького ребенка и раскрытие его талантов. «Приходя в театр, дети меняются: они становятся более раскрепощенными, общительными, появляется уверенность в себе. Игра на сцене помогает им «раскрыться», - рассказывает Наталья Владимировна. Уже с семи лет дети начинают осваивать азы нелегкого актерского мастерства. Они с огромным желанием участвуют в спектаклях. «Здесь очень интересно, я получаю удовольствие от всего: от выступлений, от занятий. Мне даже нравится учить сценарий. В будущем, я думаю связать свою жизнь с театром», - поделилась с «МЫ» Анна Шепелевич, юная актриса. «И мне здесь очень нравится, больше всего я люблю выступать на сцене», - радостно добавила Полина Величка, ещё одна воспитанница театра. Конечно, с таким трепетом к «Сказке» относятся не только нынешние воспитанники, но и выпускники театра. Многие из них стали студентами педагогических колледжей и институтов культуры и искусства. Но они все равно не оставляют «Сказку». И закончив там обучение, кто-то возвращается в коллектив, помогает, участвует в спектаклях. А кто-то просто находит работу по специальности. Но все равно не забывает родной театр, точно так же, как и он не забывает их.

Театр кукол «Сказка» не просто театр. Это маленький мир волшебства и превращений. Здесь оживают герои любимых произведений, а взрослые вновь становятся детьми. Очень хотелось бы, чтобы так было всегда. И эта замечательная сказка никогда не заканчивалась.

Анна Кашина

ПАСХА — ПРАЗДНИК ПРАЗДНИКОВ, ТОРЖЕСТВО ТОРЖЕСТВ

Бог, как известно, сотворил мир за шесть дней, с воскресенья по субботу, субботу же он посвятил отдыху. У первых христиан неделя тоже начиналась с воскресенья. И лишь с тех пор, как они стали отмечать Пасху отдельно от иудеев, день этот стал завершающим неделю, выходным.

Для верующих пасха—это окончание Великого поста, а для всех вместе, включая неверующих,—радость встречи с родными и друзьями за особым, праздничным столом, к достоинству которого можно отнести традиционные, чисто российские блюда и забавы.

Русские люди считают Пасху главным христианским праздником. В честь Воскресения Иисуса Христа этот день называют Великодень (Великий день), а еще Святое Воскресение, и еще Христов день. Само слово «Пасха» переводится с древнееврейского «пейсах» как «происхождение», «избавление».

Светлое Воскресение христово у народа издревле связано с солнцем. У крестьян существовало поверье, что на пасху «солнце играет». И люди старались подкараулить мгновения игры солнца. Считалось также, что от пасхального яйца может быть облегчение от любого недомогания. Если яйцо продержать от трех до двенадцати лет, то им можно лечить болезни. Еще и такое мнение есть: если яйцо оставить до следующей Пасхи, то оно может исполнить любое желание. Так что не забудьте запрятать пасхальное яйцо в самый укромный уголок и загадать при этом самое заветное желание, и оно обязательно исполнится! Главное не забыть за целый год, что же именно вы пожелали.

Валерия Степанова

Все знают, что в этот день принято христосоваться: при встрече стучаться крашеными яйцами и троекратно целоваться. Но яйца-то у всех похожи! Как иногда хочется всех удивить и сделать что-то необычное! Вот пара советов вам в помощь.

1 способ—в крапинку: мокрые яйца обваляйте в сухом рисе (можно использовать гречку), заверните в марлю и крепко её завяжите, так, чтобы крупа хорошенько прилипла к скорлупе. После этого вари в любом из известных красителей обычным способом.

2 способ—лаковый: сварите яйца и покрасьте их обычным лаком для ногтей. Рисунок может быть самым необычным. Используйте лак с блестками или посыпьте его, пока он не засох бисером. Решать вам!

3 способ—в полосочку: обмотайте яйца ниточками, которые линияют, и сварите их. Под действием температуры краска ляжет на скорлупу полосками и оставит необычный узор из разводов.

4 способ—канцелярский:

Попробуй намотать на яйца обычные канцелярские резинки. После окраски обычным способом размотай их и полюбуйся результатом.

5 способ—листовой: плотно обложи сырое яйцо листьями разных растений, например, зелени — укропа или петрушки. Крепко завяжи в марле или чулке. Затем опусти в окрашенную воду и вари. Скорлупа яиц приобретет растительный узор.

Вероника Козьякина

«РАДУГА» талантов

Она за 10 лет приобрела известность во всей республике, стране и даже побывала в Диснейленде. Открыла мир танца свыше 400 ребятам.

Она—Школа танца «Радуга». Как возникла, через какие трудности прошла? Обо всем этом нам поведала Людмила Вениаминовна Криворучко – одна из основательниц Школы.

—Людмила Вениаминовна, у вашей школы юбилей, скажите, что вы чувствуете?

—Конечно же, радость, ответственность. Десять лет—это определенная ступень, и хотелось бы не останавливаться на достигнутом.

—Расскажите, как появилась Школа танца?

—Сначала ШТР была лишь детской группой. В трех классах—детском, среднем и старшем—обучались навыкам танца. Потом у меня с Людмилой Васильевной Диканской возникла идея создать не просто кружок, где учатся танцевать, а целую школу с определенными предметами. Сейчас ШТР—это не только хореография. В Школе учат и современным танцам, и классическим, и народным. В «Радуге» также есть этика, актерское мастерство, искусство грима и костюма, и другие развивающие предметы.

—С какими трудностями вам пришлось столкнуться в становлении школы?

—Первое время не было хорошего помещения для занятий. Детям и их родителям приходилось до поздней ночи сидеть и шить костюмы для выступлений. Обувь для выступлений шили на заказ. Я уже и боюсь вспомнить все финансовые трудности! Сейчас конечно все гораздо лучше. У нас замечательное помещение для занятий, но, что важнее – замечательный коллектив и родители занимающихся у нас детишек, готовые всегда прийти на помощь.

—Существуют ли особые критерии отбора в Школу танца?

—Нет. Сначала мы берем всех желающих.

Ребята позже сами отсеиваются. Не все могут выдержать напряженный темп работы да и требования к ребенку, уже занимающемуся в ШТР, намного выше, чем к новичкам.

—Вы, как опытный педагог, можете сказать, что важнее—талант или трудолюбие?

—И то и другое. В таком деле как танцы мало просто таланта. На первых занятиях я обычно всегда говорю, что успех – это 1% способностей и 99% труда! Есть дети, у которых не блестящие данные, но рвения и упорства не занимать – вот такие обычно и добиваются успеха.

—Все ваши ученики имеют стройную фигуру,



придерживаются ли они особой диеты?

—Нет, всевозможными диетами и планами питания они себя не изнуряют, однако сдерживать свои гастрономические пристрастия мы им все же советуем. А стройные фигуры—результат тренировок и полной отдачи на сцене.

—А как рождается номер?

—Сначала возникает идея. Потом смотришь на детей и их возможности, уровень подготовки.

Д а л е е — работа балетмейстера: поиск музыки, сочинение танца, связи между движениями—



ми, без которых танец будет похож на «сухие» последовательные движения. В общем, сложностей хватает, но имея в репертуаре более 30 номеров, мы уже научились их предвидеть.

Конечно, приходится много работать, ведь выступление на сцене—это уже результат работы, а до него—колоссальный труд.

—Какие преимущества имеют выпускники школы?

—В первую очередь они приобретают огромный опыт. Мы берем маленьких детей, и занимаются они у нас долго и стабильно. К концу обучения каждый получает сертификат об окончании ШТР, что дает возможность продолжить обучение в вузах по специальности «хореография».

—Есть выпускники, которыми вы гордитесь?

—Они все нам дороги, но особенно приятно, когда твой ученик решает продолжить свою карьеру танцора. В ансамбле «Крылья Арктики» у нас танцуют Наталья Халиченко, Юлия Синельникова, Андрей Криворучко. В Санкт-Петербурге учится в консерватории Татьяна Заскалько, Анна Диканская—художественный руководитель народного ансамбля «Родничок». И это перечень можно продолжать долго.

—Расскажите о самых значительных достижениях школы?

—Мы участвовали в международном фестивале «Дни культуры России» в Париже в 2005 году, стали лауреатами международного фестиваля-конкурса «Открытая Европа», а в 2007-м—лауреатами международного фестиваля-



конкурса «Вятская карусель». В мае едем в Самару на восьмые молодежные Дельфийские игры России. Такой шанс нельзя упускать, (прим. автора – Дельфийские игры—это всероссийский фестиваль-конкурс талантов высшего уровня).

—Чего вы хотели бы себе пожелать в ваш день рождения?

—Обязательно успеха, здоровья, терпения и любви.

«Радуга»—это целый комплекс этического развития молодежи, поэтому правильнее спросить у самих воспитанников об их школе.

—Это потрясающее ощущение, когда ты долгое время выкладываешься на тренировках, а потом уже, на сцене, слышишь аплодисменты, понимаешь, что они адресованы тебе,—рассказал Иван Шишелов, занимающийся танцами уже более семи лет.

Отрадно то, что детей в ШТР не заставляют ходить на занятия, они сами туда рвутся.

—Я просила маму отвести меня на танцы, и жду не дождусь каждого занятия,—говорит девятилетняя Саша. — Школа Танца—это то место, где я могу проявить себя, показать свои эмоции.

... Но почему же все-таки «Радуга»? Наверное, потому, что в школе преподают семь замечательных, талантливых и креативных педагогов, которые «раскрашивают» жизнь ребенка яркими красками...

Валерия Ольсовец

Вся наша жизнь

Вы когда-нибудь, проигрывали все?! Я поведаю одну историю, основанную на нереальных событиях...

Один молодой человек, у которого, казалось бы, есть семья, деньги, любимая работа - все для счастья, стал регулярно посещать клубы игровых автоматов. Сначала он, сильно увлеченный игрой, стал проигрывать всю зарплату, в злости от того, что у него не получилось выиграть, придумывать проблему, чтобы занять кругленькую сумму у друзей, знакомых. Когда и та немалая сумма проиграна, он злой идет домой, а по дороге успокаивает сам себя: «Сегодня просто не мой день, я попробую завтра!». Дома все раздражает, и суп недосолен, и жена не мила. Вот и положено начало проблем в семье.

Что же делать дальше, ведь потребность в игре все усиливается и усиливается, а играть не на что? Он начинает продавать вещи из дома, жена пытается помочь, вывести из этого состояния, но ее никто не слышит, все это - пустой звук! Бедная женщина не знает что делать, забирает деньги, не выпускает из дома и пытается максимально оградить мужа от его друзей. Но все напрасно! Ее действия раздражают мужчину, его желания, азарт еще больше усиливается, и в итоге он уходит. Женщина, понимая, что так больше не может продолжаться,



покидает его навсегда. Но и уход любимой женщины не останавливает. Игроку кажется, что он контролирует свои эмоции, поступки своей игрой. На самом деле это не так, у него давно появилась жуткая потребность, зависимость играть еще и еще, и чем больше он играет, тем больше желания получить эмоции: драйв, адреналин, чувство, что вот-вот повезет, вот-вот я выиграю, но нет, опять проигрыш. В конце концов он продает квартиру, а все деньги снова проигрывает. И только тогда он понимает, что произошло, что у него нет ни дома, ни работы, ни любимой жены, и только тогда он осознает весь ужас того, что он натворил... «Я находился в таком блаженном состоянии аффекта, но теперь я понимаю, что это просто ужас, у меня было все, а теперь нет ни-

чего, кроме огромных долгов и желания проснуться от кошмарного сна, но это не сон, и я не знаю что делать...». В таких ситуациях человек, как правило, остается один на один со своей проблемой, но очень часто люди не выдерживают такого стресса и заканчивают жизнь самоубийством. Напрашивается вывод: игровые автоматы - это тот же самый наркотик для слабых людей?

Что же делать, если ваш близкий человек игрок? Для начала не кидаться в панику и не в коем случае не кричать, ничего не объяснять, во-первых, он вас не услышит, этот разговор приведет только к ссоре, а все последующие советы будут восприниматься в штыки, во-вторых, вы просто испортите себе нервы.

Определенного лечения нет! Попробуйте занять любимого каким-нибудь важным делом, ну скажем: «Дорогой к нам едет мама, нужно срочно помыть люстру, ведь у нее аллергия на пыль». Ну или что-то в этом роде. Попробуйте максимально окружить любимого теплом и заботой, сходите вдвоем в кино или в театр. Такая женская забота не даст времени вашей второй половинке для похода в клуб, да и отношения только укрепятся!

А вы, игроки, перед тем, как опускать монету задумайтесь, что для вас дороже, семья или неизвестность?

Лидия Москалюк

Кто такие «мапулечки»



В России на 150 одиноких мам приходится один одинокий отец. Вдовцы, разведенные папы, которые добились того, что после развода дети остались с ними. Им достаётся целый букет трудностей: бытовые, взаимоотношения с ребенком, нехватка времени, психологические проблемы и т.д.

Одинокий отец всегда оказывается в более трудной ситуации, чем одинокая мама. Первая причина в том, что мужчине намного сложнее дается женская работа. Конечно, этому можно научиться, но сначала должно пройти время. А пока они только удивляются, как это женщины успевают работать, а еще готовить, убирать и стирать.

Зато потом оказывается, что все это мужчина делает не хуже женщины. Второй сложный момент - отношения с детьми. Чаще всего женщина, оставшись одна, все внимание уделяет своему ребенку. А вот дети одиноких отцов нередко страдают от отсутствия того самого внимания. Причиной является и нехватка времени, и усталость. Также здесь хочется отметить и особенности мужской психологии. В отличие от более эмоциональных женщин, мужчины в такой ситуации обычно замыкаются в себе. Тогда дети на некоторое время просто отходят на второй план. Результат - запущенный конфликт. Третья, и как мне кажется самая главная причина затрудненного положения мужчин, создание новой семьи. Оказывается «новый папа» ребенком воспринимается легче, чем «новая мама». И почему-то некоторые считают, что мужчины, которые же-

няются во второй раз, делают это для себя, хотя на самом деле многие из них в первую очередь заботятся о детях. У одной моей знакомой умерла мама, девочка осталась вдвоем с отцом. Через некоторое время он женился. Девочка была не против их брака. «Иногда папа просто не способен понять мои проблемы, тогда я могу спокойно поговорить с мачехой. И ничего в этом страшного нет. Просто, действительно, есть такие вещи, которые может понять только женщина», — объяснила она.

На самом деле таких отцов очень мало и их по праву можно считать настоящими мужчинами. Они ежедневно жертвуют собой, ведь им так непросто быть папой и мамой одновременно. Но все равно, несмотря на это им удастся воспитать детей и ничуть не хуже женщины. Вот кого мы можем так ласково назвать мапулечками!

Анна Кашина

... ТЫ «ПОНЧИК»?

Красота заброшена в долгий ящик, а мечты о принце на белом коне разбиты в пух и прах, и все это происходит из-за твоей полноты? Прежде всего, не следует паниковать и требовать от родителей, чтобы они купили тебе таблетки для похудения. Сначала разберись, что тебя беспокоит, и в чем твоя проблема. Возможно, у тебя просто нет уверенности в себе, ты в тайне считаешь себя никому не нужной, забытой и брошенной? Вот именно от этого все проблемы. Постарайся разобраться в себе и решить, чего ты хочешь и с чем тебе надо бороться.

Ну а вот советы тем, кто хочет расслабиться и не зависать на своей внешности: во-первых, хорошего человека должно быть много. Во-вторых, ни в коем случае не сиди на диете, это может привести к анорексии (когда организм отказывается от пищи), лучше действуй проверенными методами—выпивай перед едой стакан воды, так и не доведешь себя, но и съешь меньше. В-третьих, не нужно есть конфеты килограммами, нет, это не означает, что надо полностью отказываться от вкусенького и считать калории в стаканах с молоком, просто все должно быть в меру. Если вы все же боитесь переедания, то кушайте китайскими палочками, так будешь есть намного медленнее и насытишься быстрее.

Ну вот, теперь ты знаешь, как бороться со своим недостатком, и как на нем не заикаться. Только запомни еще одно: «жалко» только у пчелки, и чем больше хочешь себя пожалеть, тем больше себя нагружай! Жизнь не покой, а вечное движение!

Ксения Васильева

Что делать, если...

... ты заболел?

На протяжении столетий люди использовали в медицине пчел и продукты пчеловодства. Нынешнее поколение тоже об этом слышало. Но немногие знают, как и где это применять. Вот несколько советов, которые помогут вам вылечить организм.

Например, при отравлениях следует одну столовую ложку меда растворить в стакане горячего молока и выпить за один прием. Если в городе неделя за неделей не проходят дожди, а дома на столах и в холодильнике — это самые приятные условия для простуды. Если вас посетил насморк, не стоит бежать в аптеку за каплями. Просто отыщите дома медовые соты и жуйте их в течение дня. При ангине поможет такой простой рецепт: чайную ложку меда положить в рот и медленно, не глотая его сразу, сосать. Если вы столкнулись с болью в зубах, то маленький кусочек прополиса необходимо положить в дупло больного зуба. Единственное противопоказание—это индивидуальная непереносимость продуктов пчеловодства.

Вот так, без особых затрат можно помочь себе и своему организму! Так что запасайтесь медом, и никакие морозы, вирусы вам будут ничем!

Виктория Пахомова



... ТЫ «ЧАЙНИК»?

Спроси любого второклашку в школе, что такое Интернет, и он без труда объяснит тебе, что это за зверь и с чем его едят, а уж тебя этот вопрос точно не застанет врасплох! Но все же проверь, может, найдешь что-нибудь интересенькое для себя.

Логин (login)—имя, под которым ты значишься в системе. Твой логин должен быть не таким как у других, чтобы при новом знакомстве тебя сразу же запомнили.

Пароль, он же Password—слово, подтверждающее твоё право пользоваться данным логином. Постарайся придумать такой пароль, чтобы его никто не отгадал, только не пиши что-то вроде XRGFHJ5465430—обязательно забудешь!

Account—твой текущий счёт у провайдера.

Провайдер—компания, которой ты или твои родители платят деньги, а взамен им предоставляют интернет—услуги.

Трафик—скорость, с которой работает интернет на твоём компьютере.

Апгрейд (Upgrade)—смена корпуса и начинки компьютера (превращение старого усталого ящика в суперсовременный комп).

Софт—программы, которые устанавливаются на компьютер и делают твоё общение с ним безопасным и лёгким.

MP3 (MPEG Audio Player 30)—один из способов бесплатно добывать свежую музыку. Работает так: находишь в «Нете» нужный альбом или песню и скачиваешь к себе на комп. Музыка поступает так, что занимает мало места, и ты можешь записать на диск в 10—12 раз больше.

Арина Хотеева

«Друзья» — понятие сложное

До 12 лет я была обычным подростком. Как и любая девочка моего возраста я гадала, что же такое любовь. И вот случилось. Я влюбилась. Но во взрослого молодого человека, не в мальчика из школы, как это обычно бывает. Страдала я долго. Не могу назвать причину, но моя любовь была бы безответной в любом случае из-за разницы в возрасте. Так вот, продолжалось это долго. Но неожиданно для себя я узнала еще кое-что. Оказывается, страдала не я одна. Так получилось, что у того молодого человека был друг, и в этого друга как раз была влюблена моя одноклассница. Переживали теперь мы вместе.

После того случая мы очень сблизились, нам всегда было о чем поговорить, болтали часами. Как говорят, стали родственными душами. Постоянно друг друга поддерживали. Мы выросли на глазах, уже больше не носились по школьным коридорам сломя голову, не смеялись без повода, стали спокойными.

Со временем наша любовь прошла, только мы не вернулись, стали отдаляться друг от друга, наверное, потому, что мы выросли и становились совсем разными. Я смотрела



на мир совсем другими глазами. Если раньше в своих одноклассниках я видела друзей, то теперь — маленьких детей, которые неспособны меня понять. А вот то, что видит моя подруга, я не знала, я почувствовала, что она не тот человек, который может меня понять. Если раньше я ей что-то рассказывала, и она все прекрасно понимала, то теперь она меня не поддерживала, не успокаивала, просто молчала. Как-то в школе я вызвала ее на откровенный разговор и услышала то, чего боялась: «Нам лучше просто остаться одно-

классницами, ты человек хороший, но у тебя очень тяжелый характер». Да я и сама это понимала. После сказанных ею слов я осознала, что она не мой человек. Нет, это не значит, что она плохой человек. Человек она замечательный и к тому же терпеливый. Наверное она устала от моей наглости, вечных обид и капризов. Я не виню ее и считаю, что она поступила правильно, хотя в глубине души мне все равно было обидно...

Так вот, мы поменялись, стали личностями со своими характерами, интересами и мечтами. Сейчас мы общаемся, но уже не то.

Вообще друзья—понятие довольно сложное. Мне кажется, что их сейчас не бывает, или бывают, но очень редко. Люди, с которыми у нас есть общие интересы, просто приятели. А вот если человек бросается за тобой в огонь и в воду, защищает тебя собой и бережет как одно из самого ценного, тогда он может называться настоящим другом. И самое главное: друг понимает тебя, как самого себя.

Берегите любовь и дружбу—это самое ценное, что есть в жизни человека.

Мария Ласкова
фото Анна Кашина

ДИАГНОЗ - ЛЮБОВЬ

Любовь—прекрасное чувство, особенно если оно взаимное. Это чувство испытывает каждый...

Но к сожалению бывает так что, тот, кого ты

любишь, не испытывает к тебе ответного чувства. Для него ты всего лишь друг, или он тебя вообще не замечает. Может быть и такое, что сначала ты его не замечала, в то время как он оказывал знаки внимания, а когда ты поняла, что любишь, то его чувства к тебе прошли. Что делать в таком случае и как себя вести, каждый решает сам. Одни пытаются завоевать любовь, показать свои чувства, другие боятся, что эти чувства станут заметными окружающим и особенно любимому и пытаются скрыть их....

Любовь может оказаться простым увлечением, которое, к сожалению, часто принимают за настоящие чувства, истинная же любовь - явление редкое. И здесь главное разобраться, понять, это просто влюбленность, симпатия, или все серьезно. Любовь—это когда ты при виде его забываешь обо всем, у тебя путаются мыс-



ли, волнуешься, не можешь сказать ни слова, краснеешь при упоминании его имени. Когда его нет рядом, у тебя пропадает настроение, ничего не хочется де-

лать. А еще, настоящие чувства проверяются временем и расстоянием. Если ты его любишь, то сколько бы времени не виделись, твои чувства к нему меньше не станут, даже наоборот, усилятся. Все это приходилось испытывать? Поздравляю, значит ты по-настоящему влюбила. Но, если это просто симпатия, то надо постараться забыть, а если это настоящее чувство, сначала надо стать другом, стать для него незаменимой, поддерживать, помогать. Именно когда он тебя узнает, поймет, что ты его вторая половинка.

Любовь—это один из трех «слонов», на которых держится весь мир. Обязательно верьте, что любовь придет, и надейтесь, что она действительно настоящая. Идет весна, весна идет (только не у нас), но она все-таки дойдет до нас и растопит лед замерзших сердец.

Анастасия Бурдукевич

ЛИРИКА

Я найду вновь весну в твоей жизни!
В ней то счастье, что птицы напели.
Тишина в тот момент вдруг повиснет...

Мне её предвещали капли.

Я хочу к небесам подтянуться,
В облаках первых дней раствориться!

И мечты нашей мягко коснуться,
Чтобы ей суждено было сбыться!

Мне весной эти сонные лужи,
Словно капли открытого моря!

Раскрываются с нежностью души,
Забывая обиды и горе...!

Как на свет это всё появилось?

Озаренье природы туманной
Сладким ветром во мгле растворилось

И казалось немного обманным...

Как мне нравится снег, когда тает...

Как люблю я те серые тучи!

Очень редко, но всё же бывает
ТО, сравниться с чем может лишь

Лучший!

Мария Кузьменкова

БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ ИЛИ ЛЕГКОЕ УВЛЕЧЕНИЕ?

Что такое любовь? На этот вопрос никто не знает ответа. Для каждого она разная: и страстная, и дикая, и нежная и порой не взаимная. Настоящие ли это чувства выбирать вам.

1. Что ты надеваешь отправляясь на свидание?

- а) Наряд, который нравится тебе самой.
- б) Платье, которое нравится ему.
- в) Самый новый свой прикид.

2. Твой парень обещал позвонить, но почему-то молчит. Что ты делаешь?

- а) Плачешь.
- б) Проводишь целый день у телефона.
- в) Идешь гулять с друзьями.

3. Вы сильно поругались, и это твоя вина. Как ты поступишь?

а) Попросишь прощения через подругу и будешь ждать его ответа.

б) Позвонишь ему, извинишься и пообещаешь больше так не делать.

в) Будешь ждать, что он первый сделает шаг к примирению.

4. Твой приятель зовет тебя с собой на тренировку, а подруга приглашает по магазинам. Что ты выберешь?

а) Встретишься с подругой, а потом и на тренировку успешь.

б) Какие магазины? Парень для тебя важнее.

в) Скажешь парню что у тебя дела, а там и по магазинам.

5. Ты случайно встретила со своей прежней любовью. Он предлагает встретиться. Что ты ему скажешь?

а) Откажешься от встречи.

б) Признаешься, что любишь другого и откажешься наотрез.



в) Вспомнишь о прошлом, согласишься на новую встречу.

6. Он уезжает надолго. Что ты будешь делать?

а) Проводить время с подругами, чтобы не так скучать.

б) Сидеть дома в одиночестве и постоянно писать ему смс-ки.

в) Вспоминать о прежней симпатии и напоминать ему о себе.

7. Ты узнаешь, что твоя подруга нелестно от-

зывается о твоём парне за спиной. Как ты отреагируешь?

а) Тебе очень неприятно, но с подругой ругаться не хочешь.

б) Устроишь ей скандал.

в) Пусть сам разбирается.

8. Когда ты с парнем и с друзьями гуляете вместе, как вы себя ведете?

а) Вы всегда рядом друг с другом, но принимаете участие в разговоре с друзьями.

б) Целуетесь, никого не замечая.

в) У нас с ним разные компании.

Больше ответов А:

Скорее всего ты влюблена. Постарайся узнать своего парня лучше, разделить его интересы и понять душу. Есть шанс, что скоро твоя влюбленность перерастет в настоящую любовь.

Больше ответов Б:

Похоже ты по-настоящему его любишь. Это редкая удача, даже если вам суждено расстаться. Главное, что ты его любишь, а настоящая любовь дается не каждому.

Больше ответов В:

Ты его не любишь, как бы печально это не звучало. Но расстраиваться не стоит, твоя настоящая любовь еще впереди.

Александра Околелова

Главный редактор: Ирина Маратканова

Шеф-редактор: Анна Кашина

Дизайн и верстка: Мария Латюк,

Елена Шипилова

НАШ АДРЕС:

169900, Республика Коми, г. Воркута, ул. Ленина, 47.

Телефон для справок: (82151) 3-32-16.

Эл. почта: infocenter-dtdm@yandex.ru

Над номером работали:

Анна Кашина, Елена Шипилова, Мария Латюк, Алина Сазонова, Мария Кузьменкова, Эмилия Никитина, Алексей Чернилин, Анастасия Бурдукевич, Арина Хотеева, Александра Околелова, Анастасия Попова, Валерия Степанова, Мария Ласкова, Валерия Ольсевич, Лидия Москалюк, Виктория Пахомова, 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.