

Читал? А когда не читал?

Учебная газета студентов Ж-22-1

21.02.24 г. №3

Кино - не новая реальность



постер сериала «Слово пацана»

Кино - неотъемлемая часть жизни общества. Каждый день в мире выходят различные киноновинки, которые находят своих зрителей. Но каким образом все эти фильмы и сериалы влияют на социум, мы разберем в этой статье.

В 1925 году В.И. Ленин в письме к Луначарскому использует выражение "Из всех искусств, для нас важнейшим является кино". Эта фраза прозвучала неспроста, именно кино в сравнении с другими средствами медиа оказывает наибольшее влияние на человека.

Думаю, всем родители рассказывали, когда в их детстве на экраны вышли мушкетеры, то во дворах все бегали с самодельными шпагами и большими шляпами, воображая себя Боярским или Старыгиным. Или фильмы о Джеки Чане, после которых у каждого на стене висел плакат с Брюсом Ли, а в шкафу были припрятаны нунчаки и звездочки, как у

истинного ниндзя. Годы идут, но впечатление молодежи на киноновинки остается неизменным.

Вспомним зиму этого года, когда на всю страну "прогремел" сериал Жоры Крыжовникова "Слово пацана". Молодежь начала активно использовать специфический жаргон, из сериала, например, чушпаны, разъезд, а также давать "погонялы" в своих компаниях, такие как: Турбо, Пальто, Адидас. Однако мало кто знает, что сериал "Слово пацана" - это экранизация одноименного произведения Роберта Гараева, где он описал свою жизнь.

Помимо перенимания сленга любимых героев, молодежь идентифицирует себя с ними, особенно, если у них схожи жизненные обстоятельства или же внешние характеристики. Это может проявляться не только в смене гардероба, но и в поведении. Появление как положительных, так и отрицательных привычек, например, пробежки по утрам или курение.

Однако стоит выделить, что

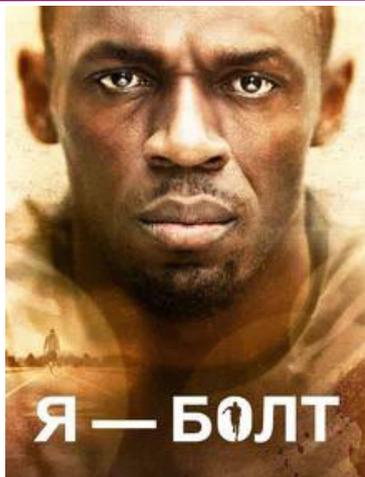
влияние киноискусства на молодежь является сложным и индивидуальным процессом. Реакция на киноновинку зависит, в первую очередь, от позиционирования личности в обществе, поэтому необходимость в критическом мышлении всегда будет актуальной, "трезвый" анализ увиденного и оценка информации. Каждый режиссер в свой фильм вкладывает определенный смысл, поэтому важно его увидеть через призму современной реальности, не утопая с головой в популяризации героев.

Небольшая подборка фильмов для студентов:

"Умница Уилл Хантинг" - фильм Гас Ван Сента о двадцатилетнем парне, живущем по правилам улицы, но в какой-то момент выясняется, что он гений математических наук, после чего его жизнь не становится прежней.



Постер фильма «Умница Уилл Хантинг»



Постер фильма «Я - Болт»

“Я-Болт” - биография Усейна Болта - единственного в мире подряд трехкратного чемпиона Олимпийских игр на спринтерских забегах.

“Эпоха больших данных” - документальный фильм, выпущенный Великобританией в 2013 году. В кинокартине

повествуется о темпах развития технологий, ежедневно собирающейся информации о людях, а также, как используется эта информация и какую власть она может предоставить.

“ВВС - Леонардо Да Винчи” - документальным фильмом

ВВС, посвященный итальянскому живописцу, скульптору, ученому и инженеру, как символу эпохи Возрождения.

Вероника Якупова

Подкаст длиною в жизнь

Когда нужно перемыть гору посуды, смахнуть пыль или погулять с собакой - ноги в руки и наушники в уши, не правда ли? Только выдалась возможность заняться домашним бытом или отдохнуть от всего и всех, мы сразу стремимся во всех смыслах заткнуть тишину подкастом, видео, музыкой, аудиокнигой. И переполненные информацией, к вечеру мы слишком устаем, чтобы пойти спать.

При таком раскладе, хоть когда-нибудь мы остаёмся по-настоящему одни, или всё наше осознание себя - вечный калейдоскоп шумов и знаков? Складывается впечатление, что внутренний разговор с самим собой вот-вот будет внесён в Международную классификацию болезней. А та самая заветная рефлексия, к идеальному исполнению которой стремятся все просвещенные - есть ничто иное, как обман со стороны информационных цыган.

Допустим, мы все же совершим ошибку, покинем пространство, сделанное из коридора, и попадем на улицу. Теперь нам не мешает внутриканальный фон, мы заняты механическим передвижением, и готовы выслушать все, что о себе думаем. Как бы не так. Теперь нас захлестывают другие звуковые волны: разговоры и выкрики окружающих, транспорт, лай собак.

Но даже если удастся откинуть и это, от своих мыслей не сбежишь.

Вместо самоанализа и сосредоточения на себе, мы легко отвлекаемся на: «Что этот мужчина мог обо мне подумать, что он так странно посмотрел?», «Хорошо ли Тейлор Свифт оделась к недавнему Грэмми?», «Все же, было бы лучше, если бы Союз не развалился», «Надо дописать то стихотворение, вроде неплохо получалось», — и так далее. Могут ли подобные развлечения-отвлечения считаться работой над собой? По крайней мере, если хоть на 20 минут отложить наушники, мозг переключится с непрерывной обработки поступающей информации извне, чтобы разобраться с тем, что уже накопилось.

А теперь немного иной случай. Что делать, если где-то внутри вдруг срывается сирена, и загораются предупреждения об опасности? Скажем, скоро посадка на рейс, а в животе все кувырком, и на сердце беспокойно. Вот все загрузились в шаттл, доставляющий до самолёта, вот нога ступила на трап. Нужно ли сейчас повернуть назад? Это сделать можно, просто сославшись на плохое самочувствие, и отодвинуть перелёт. Будет хорошо, если опасения окажутся напрасными, и самолет безопасно приземлится. Но все же

помнят первую часть «Пункта назначения», верно? Вспоминаются судьбы тех, кто не был на рабочем месте 11 сентября в башнях Всемирного торгового центра из-за натертой ступни, сломанной машины или утреннего перекура, или Юрия Юдина - единственного выжившего «дятловца», с легшего перед походом с болезнью.

Стоит ли в таких ситуациях слушать свою кричащую душу, или нужно вооружиться рациональностью? Кто знает... Альберт Эйнштейн говорил: «Интуиция – это священный дар, а рациональный ум – его преданный слуга.» Если даже великий учёный превозносит предчувствие над разумом, то, вероятно, стоит чаще прислушиваться к себе.

Данил Шевчугов



Фото с сайта nyafoto.ru



Фото из инстаграмм аккаунта цветочного салона katy's flowers

Приближается праздник, посвященный великолепию и превосходству дам. Самое время поздравить милых девушек и подарить им букетик цветов. Задумывались ли вы о том, что каждый оттенок лепесточка что-то значит? В данной статье я хочу Вам рассказать о самых популярных цветах, которые получают девушки, и значении их оттенка.

Красный – цвет, говорящий о серьезности намерений партнера и передающий сильную страсть

и любовь. Белый цвет ассоциируется с чистотой и нежностью. Если нужно выразить уважение, благодарность и надежду на светлые перемены, преподнести цветы юной девушке в знак любви, то белый букет — идеальный вариант. Розовый символизирует успех – такие цветы хорошо дарить на дни

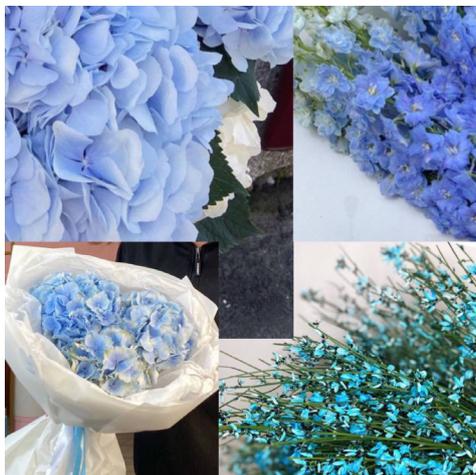


Фото из инстаграмм аккаунта katy's flowers

рождения, выпускные, вручать руководителям. А также благодарность, это прекрасный способ выразить признательность кому-либо.

Букет солнечного оттенка – это пожелание успеха, символ интеллекта и удачи в начинаниях. Есть и другая версия. Обычно букет из желтых цветов – к измене. Букетики из голубых бутонов считаются символами вечной любви. Нестандартность цвета говорит и о нестандартности повода. Такие цветы можно подарить в случае долгого ухода за и, наконец, завоевания внимания девушки. Самое время определиться с выбором!

София Колбичева



Из личного архива Софии Колбичевой и Анжелики Новиковой

Оттенки души: как цветок раскрывает тайны женской натуры

Стоит ли придавать значение тому, какой букет лучше подарить девушке? Какого цвета? Не обязательно. Но стоит отметить, что цветок содержит скрытый характер человека. Думаю, все-таки перед выбором, многие проводили такие ассоциации.

Мужчины дарят обычно красные розы, символизирующие твердый характер девушки, ее целеустремленность и упорство. Ее нельзя назвать легкомысленной. Путь к ее сердцу протекает плавно. Ты должен показать всю серьезность своих намерений, а лучше, доказать их поступками. Белый букет характеризует девушку с более мягким и снисходительным характером. Цвет розовых лепестков указывает на меньшую значительность праздника, его цикличность

(день рождения). По стандартам, сложившимся в обществе, розовый – «девчачий» цвет. Такой букет послужит отличным подарком от отца дочери, девочке милой натуры. В то же время, он раскроет ее женственность и изящность. Жел-



Из личного архива Софии Колбичевой и Анжелики Новиковой

тый и голубой можно отнести к одной категории. Цвета «детства» и ребячьей забавы. Также подойдет для представительниц более малых возрастов и послужит отличным вариантом для подарка учительнице. Немаловажно, что синий цвет – цвет фантазий и индивидуальности. Девушка с ярко выраженной внешностью и оригинальной личностью или девочка, умеющая самовыражаться без стеснений и страха, скажут «да» подобному букету.

Любая из нас была бы рада, если бы нашла в букете записку, в которой ее характер сравнивается с ангельским, похожим на белые лепестки роз, или наоборот, экстравагантным, с огоньком в глазах, как жгучие алые лепестки.

София Колбичева

Магазин нормальных книг

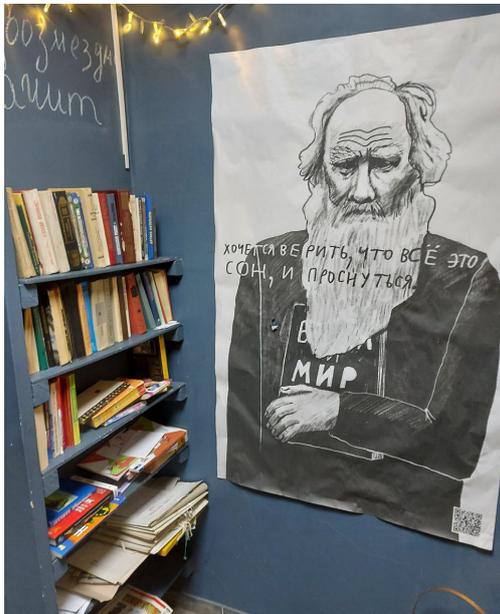


Фото Даниила Шевчугова

Независимый книжный. Сколько в этом словосочетании свободы и загадок. Кому пришло в голову создать такого одинокого война? Какие аппараты поддерживают его жизнь? И с кем он сражается сегодня? "Переплёт" - один из таких солдат. Находится он на улице Марата и соседствует с иркутским колледжем культуры. Близость этих двух островов в океане современности действительно впечатляет. Как и в Петербурге на Невском проспекте - здесь дышится иначе. Только главное - не смотреть на здания, стоящие через улицу Чкалова. Они невольно портят созданную атмосферу. Как заявляет магазин в группе Вконтакте, ассортимент на полках всегда отборный ввиду недостатка метража. Редко когда у таких книжных лавок есть ресурсы на бурное разрастание. А если ассортимент отборный, значит - авторский. О работе магазина рассказывает его совладелец - Инна.

-Кто и как осмелился открыть независимый книжный магазин? И насколько смелым нужно быть, чтобы здесь работать?

-Открывался книжный магазин в 2019 совершенно не страшном году. Примерно год идея варилась, подбирали формат, искали

место и т.д. Это довольно простой бизнес по внутренней структуре: купил и продал. Поэтому его было начинать вовсе не страшно. Мария - владелица "Кукули" и совладелица "Переплета" уже к тому времени более 5 лет была в этом бизнесе и соответственно все связи- деловые и личные, были включены в процесс создания и функционирования. Уже на книжном фестивале, последнем, к сожалению, я знакомилась с представителями издательств, авторами и это дало понимание некоторых процессов. Не всех, конечно, но некоторую уверенность мы получили, особенно, учитывая тот факт, что в Иркутске не было своего независимого книжного. Не надо быть очень смелым, надо быть честным, ну и юридически подкованным.

-На подарочной закладке я видел такой слоган: "магазин нормальных книг". Что он в себе несёт?

-Со слоганом смешная история. Некоторая часть книг для взрослых была выставлена в детском магазине "Кукуля", который находится в «Галерее Революция». И одна из покупательниц, увидев, помимо детских книг ещё и взрослые, воскликнула: "О, у вас и нормальные книги есть!" И когда мы целый год себе не могли слоган придумать, ибо все казалось излишне пафосным, мы решили, что будем называться "магазином нормальных книг".

-Знаю, что у вас проходят разные мероприятия. Можете рассказать подробнее?

-Из того, чем я горжусь из мероприятий- это создание книжного клуба, который уже работает полтора года, наполнен книгами и прекрасными людьми, настоящее сообщество. Второе по значимости мероприятие - это большая гаражная распродажа, которая проходит раз в год в первые выходные сентября. Это ме



Фото Даниила Шевчугова

роприятие, в рамках которого все желающие могут продавать свои книги и винил на нашей придомовой территории. Обязательно есть еда, живая музыка, отличные лекции онлайн и офлайн, и даже кино. Ну и конечно, мы проводим встречи с писателями и поэтами, как Иркутскими, так и приезжими.

-Какмногомолодёжиидетей с родителями приходит в магазин?

-У нас приходят семьями, поскольку оба проекта: "Кукуля" и "Переплёт" находятся в одном помещении. И те клиенты "Кукули", которые подросли, и их родители с удовольствием переходят из детского ассортимента во взрослый. Объединение с "Кукулей", особенно на первичном этапе, дало нам много чего хорошего. Это удобно для семей, ибо можно и для себя что-то найти, и для детей, и для тётки, и на подарок.

Если Вам в жизни не хватает людей, которые с радостью готовы поговорить о книгах и стать провожатыми в мир более сокращальной литературы, добро пожаловать в "Переплёт"!

Данил Шевчугов

Сохранение уникальности в век виртуализации

В эпоху цифровых технологий, когда электронные книги и онлайн-библиотеки становятся все более популярными, букинистические магазины играют важную роль для ценителей печатных изданий. Они предлагают нечто большее – возможность физического взаимодействия с книгами, уникальность каждого экземпляра, которую невозможно передать через экран монитора.

Липенко Елена Николаевна – продавец-эксперт «Книжной лавки» по адресу: Депутатская 84/2. В магазине осуществляется прием книг от населения для реализации, далее

выставляется на продажу: назначается цена и сдатчики получают 50% с продажи. «Нам важны состояние книги, год издания и ее ликвидность среди покупателей», – рассказала Елена о том, как принимаются книги от населения. Покупают все, определенной ротации нет, молодежь чаще берет классику, фантастику и фэнтези, родители для школьной программы покупают детскую литературу, ценителям больше нравится антикварная литература.

Именно здесь люди могут насладиться атмосферой старины, почувствовать запах старой книги и найти редкие экземпляры, недо-

ступные на цифровых платформах. Здесь можно найти книги, которые рассказывают о прошлом, о важных событиях и идеях, заключенных в бумаге и переплетенных обложках.

Елена Языкова

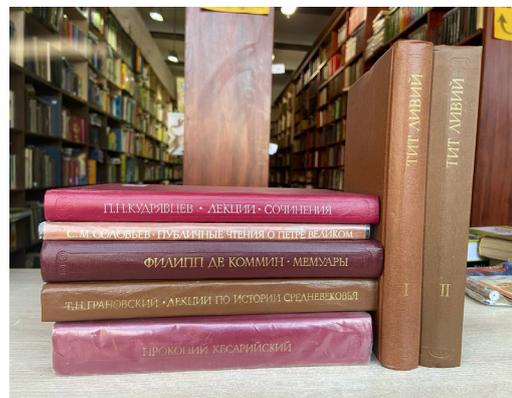


Фото из официальной группы ВКонтakte «Книжная лавка Иркутск (Букинист)

Вторая жизнь

В Иркутске есть множество магазинов книг и библиотек. Но есть одно особенное место – книжный приют, которое обязательно понравится любителям чтения, ведь это место – волонтерская организация. Сотрудники в этом приюте работают безвозмездно, не претендуя на какую-то дополнительную выгоду. Главная их задача – сохранение книг.

Проект появился в 2016 году. Изначально на месте приюта был прием макулатуры.

По словам руководителя приюта Гинтова Евгения Федоро-

вича, книги поступают в от людей старшего поколения, которые уходят из жизни и от людей, которые решили переехать. Также и жители Иркутска приносят свои книги в литературное пристанище. Приют обеспечивает книгами социально-значимые учреждения: реабилитационные центры, пансионаты, различные бюро по работе с населением, фонды и дома культуры, которые пострадали от пожаров и потеряли свои библиотеки, а также в социальные учреждения отдаленных от Иркутска поселков, где нет достаточного финансирования на покупку литературы.

Помогают приюту волонтеры – любители литературы разных возрастов и с разными интересами и профессиями.

Основная часть книг реализуется в самом приюте по фиксированной стоимости – это 50 рублей за любую книгу.

Можно найти литературу различных жанров. В основном это русская и зарубежная классика, детская литература, но что-то подходящее для себя может найти любой желающий: как любитель

растений, так и фанат кулинарии.

Работает приют под открытым небом. Любой желающий может посетить его по адресу Красноказачья, 23 по субботам и воскресеньям с 11:00 до 16:00. Вы можете помочь приюту, принеся свою книгу, которую вы уже прочитали или приобрести что-то для себя, ведь в книжном приюте каждый найдет для себя литературу по своим увлечениям и интересам, и вам в этом обязательно помогут.

Анастасия Герасимова

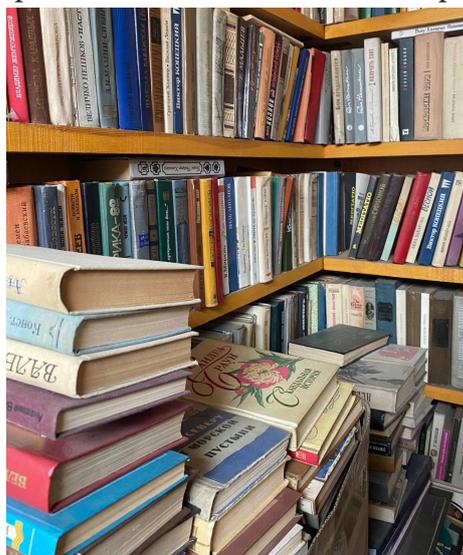


Фото Анастасии Герасимовой



Фото Анастасии Герасимовой

Кофе или «ЧёПопало»

— Не ходи туда, там тебя ждут неприятности.
— Ну как же туда не ходить? Они же ждут!
Котёнок по имени Гав



Стаканчик с кофейни Aristocrat

В настоящее время культура кофе стала неотъемлемой частью повседневной жизни многих людей по всему миру, и мы подумали, а что если посетить самые популярные места, где можно выпить кофе и оценить качество напитка, общительность бариста и чистоту помещений?



Стаканчик с кофейни Cake&Coffee Union

Было бы славно! Марафон, посвященный посещению популярных кофейен в Иркутске начинается и мы приглашаем вас устроиться поудобнее, приготовить самый вкусный кофе (в некоторых случаях подойдёт и три в одном) для прочтения наших хоть и субъективных, но зато очень искренних отзывов!

Aristocrat. 29.01.2024

Как только мы зашли в кофейню, сразу почувствовали новогоднюю атмосферу, уютный интерьер и музыка создали отличное впечатление, а также порадовала аккуратность и чистота столов и барной стойки. Очень общительный бариста сразу начал подбирать напиток, как только мы подошли, сориентировал по альтернативному молоку и самим напиткам. Посоветовал самый популярный - Сибирский раф стоимостью 320 рублей. После выбора напитка предложили перекусить, на что мы отказались, но бариста продолжил рассказывать про десерты и предлагать их... Тут уже оценивать вам, расставьте запятые: похвалить нельзя ругать. Субъективненько: Что касается самого напитка - приятный сливочный вкус с нежной пенкой и ярким вкусом кедровых орехов.

Cake&CoffeUnion. 30.01.2024

Не самое популярное место среди нашего окружения, но заведение находится через дорогу от университета, поэтому было принято решение туда тоже заглянуть. Приятный минималистичный интерьер, чистые столики, большой выбор сиропов, но, к сожалению, отсутствие альтернативного молока и выборки по приготовлению напитка. Бариста медленно и неохотно сориентировал нас по меню, по итогу посоветовал авторский напиток - Ягодный раф стоимостью 290 рублей. Субъективненько: Во вкусе напитка

чувствуется кислинка от малины и неприятная кофейная горечь. Одновременно со мной кофе взяла себе девушка: она пила, пила и не допила, вот и я допить не смогла - милый, практически полный стаканчик оказался в мусорке. Союз тортов и кофе... сомневаюсь в союзе, так как один из компонентов явно не тянет на звание лучшего, ну и это явно не тортик. Возможно, по причине того, что мы его просто не купили.

Бодрый Олли. 31.01.2024

В кофейне стильный интерьер с декоративными полками, где можно приобрести книги, игрушки



Стаканчик с кофейни Бодрый Олли

и даже кружки с изображением пингвина, который стал особенной чертой заведения. Приветливый бариста посоветовал нам Банановый латте с приятной стоимостью - 250 рублей. К напитку нам подали милого мармеладного пингвина (на фото он прямо на крышке), так неожиданно и приятно. Субъективненько: Аромат ванили, ненавязчивый вкус банана и достаточно яркий вкус кофе. Лучший мой подарочек - это ты! Так можно охарактеризовать вкус напитка.



Стаканчик с кофейни Coffee Like

Coffee Like. 01.02.2024

Кто ходит в гости по утрам, тот поступает мудро, поэтому четвертый день марафона было принято начать в 9 утра. В чистой и яркой кофейне нас встречал заряженный энергией бариста, который быстро сориентировал по меню, а также предложил самый популярный напиток с длинным названием - Лат-



Стаканчик с кофейни More coffee

те банановое мороженое с соленой карамелью стоимостью 250 рублей. Субъективно: Банан во вкусе особо не чувствуется, а вот солёная карамель ярко выражена, также как бонусом в кофе добавили маршмеллоу. Мы долго разговаривали с бариста на разные кофейные темы и смотрите какое сердечко он нарисовал на стаканчике. Напиток был очень горячим, возможно, его перегрели, и приходилось переключать стаканчик с одной руки в другую, чтобы он остыл. Хотя для сибирских морозов, возможно, это даже удобно - очень быстро можно согреть руки.

More coffee. 02.02.2024

Когда мы подошли к кофейне, на улице было -33° и хотелось побыстрее зайти в теплое помещение. Но двери были закрыты и никакой таблички о перерыве не было. Ну правильно, в такую погоду свои дома сидят, телевизор «смотрят», только чужие шастают, поэтому не будем дверь открывать. Через 7 минут нас пустили в заведение, которое было украшено в морской тематике. Бариста достаточно долго думал над моими вопросами, не мог вспомнить на каком зерне они работают и какая альтернатива молока у них есть в наличии. Посоветовал самый популярный напиток - Раф сникерс стоимостью 310 рублей. Субъективно: Вкус напитка правда напоминал сникерс, арахисовая паста с соевыми орешками, приятное нежное сочетание. Если когда-нибудь у вас не получится попасть в «морьку» (так постоянные гости называют это заведение), вернитесь заново, кофе явно того стоит.

Smart Day. 03.01.2024

Первое на что мы обратили внимание - грязная гостевая зона. На месте, где находятся расходники, не убрано от прошлых гостей, кроме

трубочек и пары салфеток больше ничего нет. Бариста достаточно дружелюбно встретил нас, ответил на все вопросы по меню и посоветовал Сырный латте стоимостью 260 рублей. После предложенного напитка, бариста очень настойчиво начал рассказывать про десерты, хотя мы отказались от перекуса. Вроде бы в кофейню пришли,



Стаканчик с кофейни Smart Day

а на самом деле мы тут плюшками балуемся. Субъективно: По вкусу напиток оправдал свои ожидания, текстура у кофе сливочная и воздушная, немного соленое послевкусие. Общее впечатление от заведения приятное, не смотря на неубранную барную стойку и гостевую зону.

Вот и подошёл наш марафон к концу, мы посетили популярные и не очень кофейни нашего города, и всё же кофе или «ЧёПопало» продают в этих заведениях - решать вам.

(все фото из личного архива Алины Кустенко)

Алина Кустенко

8 Хочешь экстрим? Необязательно прыгать с парашютом. Хотя...

Чем заняться в выходные? Театр, кино, кафе, тусовки – все это так обыденно. Почему бы не найти новое развлечение и ощутить мурашки на коже? Хотя Иркутск и маленький город, каждый найдет здесь место для себя. В этой статье хочу представить вашему вниманию некоторые виды экстремальных развлечений в нашем городе.

Прокат мотоциклов и сноубайков «Motoclub». Из преимуществ: экспресс обучение с опытными инструкторами; обновление техники; фото на память; маршруты разной сложности, что говорит об индивидуальном подходе к каждому; мощная техника и полная



Фото из инстаграмм аккаунта motoclub_irkutsk

качественная экипировка знаменитых брендов; комфортные условия (парковка, теплая раздевалка, шкафчики для хранения одежды и санузел). Помимо акций и специальных предложений, есть множество приятных дополнений от газировки и GoPro, до кальяна и места под шашлыки. Права не нужны (но если водить будет ребенок, то необходим контроль родителя), доступны круглый год. Сеть Motoclub всегда открыта для текущих вакансий и предлагает два формата сотрудничества: стать инвестором или открыть свой филиал. Не думайте что будет легко. Вы должны быть отлично подготовлены, т.к. вам предстоит поездка по бездорожью, лесу,



Стрелковая галерея. фото из инстаграмм аккаунта park.patriot38

лужам в теплое время года, а зимой справляться с погодными условиями, множествами сугробов и всплеску снега. Полтора часовой прокат обойдется вам стоимостью в 2500 рублей. Каждый последующий час – 1000. У сети Motoclub есть свой инстаграм-канал, аккаунт «ВКонтакте» и официальный портал в сети интернет. Motoclub – отличная возможность сделать подарок без повода и приобрести сертификат. А если вы хотите постоянно и выгодно кататься, вам подойдет абонемент с индивидуальной программой обучения. Оценка по отзывам посетителей 10/10. Адрес: г. Иркутск, ул. Центральная 1А

Прекрасной альтернативой прокату Motoclub послужит **стрелковый парк «Патриот»**, находящийся по адресу: г. Иркутск, ул. Ширямова 38/3. Внутри здания есть военный музей истории име-



Фото из личного архива Анжелики Новиковой

ни-дважды героя СССР А.П. Белобородова. Он расскажет о месте, в котором отражена наша с вами история. Музей и его экскурсионная программа подстроены под все возрастные категории, представлены современными и действительно интересными, как для взрослых, так и для детей. Что вас ожидает: более 10 ростовых кукол ручной работы, настоящее бомбоубежище периода Холодной войны. Музей принимает экскурсии ежедневно по предварительной записи. Кроме этого есть оружейный класс и концертный зал (мультихолл), вместительностью 250 человек. Стоимость услуг варьируется в зависимости от



Фото с официального сайта irkutsk.parashurklub.ru

вида оружия, количества патронов и выстрелов. Самая минимальная – 1500 (стрельба с электро-пневматических пистолетов). Из самых популярных оружий: пистолет Макарова, автомат Калашникова (модернизированный) и другие. Также вы можете приобрести пакет услуг стрельбы разного вида оружий, что сэкономит ваш бюджет и подарит еще один дополнительный пакет. После прохождения Базового курса практической стрельбы в нашем клубе участник получает 2 месяца членства бесплатно. **Секция Action air** – увлекательная детско-юношеская секция по практической стрельбе. В стоимость абонемента 7500 на 12 занятий

входят шары и газ. Занятия проводятся 3 раза в неделю. Пробное занятие - 1000. Продолжительность тренировки 1 час. На территории клуба проходят спортивные мероприятия, связанные со стрельбой и их подготовка. Здесь вы можете отпраздновать день рождения и принять участие в тактической игре «Фаертаг» - реалистичной имитации боевых действий. Для удобства клуб «Патриот» предоставляет парковку для гостей. По отзывам посетителей - это место вызывает восторг и незабываемые впечатления.

Что там про парашюты? Ах, да... **Полет на парашюте в тандеме с инструктором в Иркутске**, по ценам, начиная от 4500 рублей. 180 км/ч скорость падения, 4000 м - высота подъема, 400 секунд - время парения под куполом парашюта,

60 секунд время свободного падения. На землю приземляются ноги инструктора, а потом ваши, поэтому приземление будет мягким. Возможна фото и видеосъемка. Так как прыжок с парашютом не только парящая волна адреналина, но и большая ответственность, есть некоторые ограничения. Ограничения по весу и возрасту. Прыгать можно с 18 лет, с 14 лет можно, при условии письменного согласия родителей. Вес участника не больше 100 кг. Ограничения по здоровью. К полетам не допускаются люди с недавними переломами, заболеваниями позвоночника, сердечно-сосудистой системы и психическими расстройствами. Требования к одежде и обуви. Обувь должна быть без каблука и на плоской подошве, остальная экипировка (комбинезон,

очки, шлем, перчатки) для полета будет выдана на месте. Инструктор поможет надеть подвесную систему. Что включено в стоимость прыжка? Инструктаж по технике безопасности, обучение технике приземления, страховка, прыжок на парашюте с инструктором. Прыжок с парашютом – это не тот подарок, который стоит на дальних полках и собирает пыль. Поэтому скорее переходите в WhatsApp по номеру: 8(923)289-9181 и заказывайте подарочный сертификат. А если вдруг получатель откажется от него, то 100% возврат денежных средств гарантирован. Место проведения полетов: г. Иркутск, ул. Поленова 33/2.

Развлечения подойдут для любого пола и возраста.

София Колбичева

Выбор ноутбука к 2024 году

Ноутбук уже давно может легко претендовать на звание одного из самых популярных инструментов для работы с информацией. Их продажи сегодня говорят сами за себя. Но какой из них стоит выбрать? Делимся советами для выгодной покупки основываясь на статистике продаж с популярных сайтов в 2024 году.

Начнем с самого дешевого варианта по соотношению цены/качества. Ноутбук "Maibenben M543" лучше всего среди недорогих конкурентов подходит для учебы и офисных программ. На нем также можно с удовольствием смотреть фильмы и проводить время в социальных сетях. За производительность отвечает процессор "Ryzen 3", встроенная видеокарта "AMD Radeon Graphics 4300U" и 8 GB оперативной памяти. На данном ноутбуке также можно даже комфортно играть в нетребовательные видеоигры, но для этого рекомендуется добавить еще одну плату оперативной памяти. Цена устройства находится в районе 35 тысяч рублей.

Следующим в топе стал ультрабук "MSI Modern 15 B12M-215XRU". Данное устройство имеет процессор "Intel Core i3-1215U", видеографику от "Intel UHD Graphics", приятный внешний вид, подсветку клавиш и более тысячи положительных отзывов на популярном интернет магазине "ДНС". Предполагается использование для работы и учебы, но также имеет хорошую возможность для гейминга. Небольшими недостатками могут стать разве что маркий корпус, собирающий отпечатки пальцев и ощутимый шум кулеров. Цена варьируется от 40 до 47 тысяч.

Заключительным будет геймерский вариант "GIGABYTE G5 MF", получивший процессор



Источник "Гугл фото"



Источник "MSI Россия"

"Intel Core i5-12500H", 16 гигабайт оперативной памяти, модель дискретной видеокарты "GeForce RTX 4050" с объёмом видеопамати в 6 гигабайт. Однозначно самый мощный но и самый дорогой ноутбук в топе. Как ни странно отлично подходит для всех задач будь то учеба, монтаж или работа со всеми возможными инструментами, в том числе с графикой и моделированием. Цена от 80 тысяч рублей.

Рекомендую не забывать о должном техобслуживании.

Дмитрий Усачев

На грани реальности

Сон - это самое загадочное времяпрепровождение за целые сутки. Сновидения можно назвать второй реальностью, которая у каждого индивидуальна и неповторима, поэтому люди в этой реальности зачастую просто зрители.

Сны — комбинация уже пережитых впечатлений. Но это не значит, что можно видеть только то, что уже когда-то видел в прошлом. На основе образов, которые человек действительно видел, мозг часто создает новые и выдает их в сновидениях. Эти образы созданы на фоне жизненного опыта. Отправиться в царство Морфея и почувствовать себя в нем хозяином, управлять и осознавать, что сегодня вы повелитель своего сна... Неплохо, правда?

Все когда-либо слышали о таком понятии, как осознанные сны. Но что это такое? Осознанные сновидения - это состояние человека, когда он понимает, что видит сон и при этом может им управлять. Это положение можно назвать пограничным между сном и реальностью. Появляется возможность контролировать свои действия. Необъяснимая для обычных людей обстановка, однако ученые связывают такие видения с фазой быстрого сна, при которой активизируется деятельность мозга. Чаще всего в этой фазе при осознанном сновидении люди начинают разговаривать во сне.

Как понять, что вы находитесь в осознанном сне?

1. Вы осознаете, что находитесь во сне
2. Вы можете обрабатывать некоторые сигналы из реальной жизни, например слышать тиканье часов или мяуканье кота
3. Вы можете определять свою хронологию событий
4. В таком сне вы сможете во-

площадь самые безумные идеи. Небольшой лайфхак: чтобы понять, находитесь ли вы в осознанном сновидении, дайте себе приказ посмотреть на свои руки. Если у вас это получилось, значит вы спите. Еще один способ - это закрыть рот и нос руками и попытаться дышать. Если

гут повлиять на организм человека. Нельзя не выделить и плюсы. Например, осознанный сон может отлично помочь в борьбе со внутренними страхами. Можно создать реальность собственных фобий, зная, что это всего лишь сон, преодолеть их и при пробуждении больше не



Фото из открытого источника

вы во сне - то у вас это получится. Есть множество способов и методов, как окупиться в осознанное сновидение. Все методы основаны на четком выполнении определенных действий. Чтобы достичь результата, нужно набраться терпения и выделить на это определенное количество времени.

Но есть много различных побочных явлений после таких «механизмов». Самый основной минус осознанных снов - это низкое качество сна. Сюда же можно отнести сокращение продолжительности сна и частые пробуждения. От этого прежде всего пострадает желудочно-кишечный тракт, который напрямую зависит от качества сна.

Также осознанные сновидения не полезны для людей, имеющих сердечно-сосудистые заболевания и проблемы с психикой. Неожиданные повороты или кошмарные моменты сна непредсказуемо мо-

испытывать боязливых ощущений.

Еще один плюс - это повышение контроля над собой. В большей степени в осознанном сне вы контролируете не сам сон, а свой разум. После такой практики вы можете реагировать на какие-то вещи в реальной жизни более разумно.

Стоит отметить, что и недостатков и достоинств у осознанных сновидений достаточно, чтобы выделить для себя важное и найти свою точку зрения на этот счет.

А учиться методам по входу в осознанные сновидения и испытывать на себе эти практики или быть ярким противником данного явления, решать только вам

Анастасия Герасимова

Открой в себе ювелира с коворкинг-пространством «ANGAR»

Ювелирное искусство продолжает поражать своим великолепием и изысканностью, оставаясь вечным символом роскоши. Искусство создания украшений - это не только процесс, но и состояние ума, где металл и фантазия сливаются в одно целое. Нам удалось поговорить с Викторией Лашкиной - создательницей первого коворкинг-пространства в Сибири - «ANGAR» по адресу: Цесовская Набережная 12, где сдвигаются границы творчества. «В Иркутске нашла мастера и подмастерье, обучилась ювелирному делу и работала. Спустя какое-то время решила создать свой коворкинг в нашем уютном городе», - Виктория поделилась историей создания. В Иркутске филиал существует с 2019, в Красноярске - открылся год назад.

Одной из главных особенностей подобного места является совместное творчество. Благодаря объединению опыта и таланта мастеров, возникает возможность развития новых техник, а также создания уникальных произ-

ведений. Для своих посетителей «ANGAR» предоставляет большой спектр услуг. Вы можете прийти на мастер-классы, такие как «Серебряный браслет/подвеска», «Кольцо с камнем», «Серьги-пуссеты», «Кольцо с чеканкой», «Кольцо с текстурой» и «Украшения с отпечатком пальца», который является особенным. Так же есть базовый ювелирный курс, по окончании которого вы получаете сертификат об обучении. А опытные ювелиры могут арендовать рабочее пространство для своих шедевров.

Виктория очень тщательно подбирает персонал, поэтому для нее важно наличие ювелирного образования, навык коммуникации с людьми и желание развиваться и углубляться в свое дело. Команда «ANGAR» дружная, мастера делятся своими секретами и нарабатывают друг с другом. В коворкинге есть все необходимое для комплексной работы с металлом: лобзики, напильники, круглогубцы, кусачки, ножницы по металлу, ювелирный циркуль и другие..., поэтому посе-



Виктория Лакшина - руководитель ювелирного коворкинга «ANGAR» за работой

тителям проводят инструктаж по технике безопасности, а также выдаются защитные фартуки и очки.

Виктория рассказала о планах развития: «В Иркутском филиале скоро запустится литейное производство, для этого осталось установить дополнительное оборудование. Еще хотелось бы расширяться! Открыть филиал в Новосибирске и в дальнейшем создать франшизу». Ювелирный коворкинг - это не только место работы, но и общество талантливых мастеров, делящихся знаниями и вдохновением. Это платформа для инноваций, сотрудничества и создания произведений искусства, которые вдохновляют, удивляют и оставляют неизгладимый след в мире ювелирного искусства. И мне удалось побывать на парном мастер-классе, я сделала серебряное кольцо и влюбилась в процесс!



Один из процессов изготовления ювелирного украшения из серебра в «ANGAR»

Елена Языкова

Сочная музыка

Хочешь заниматься танцами, но не знаешь какое направление выбрать? Я помогу тебе при помощи музыки.

Музыка - это искусство, которое очень сильно влияет на человека. Грустная мелодия поможет избавиться от негативных эмоций, проживет с вами этот печальный момент в жизни. А весёлая, наоборот, взбодрит и поднимет мотивацию. Когда слушаешь любимую песню, невозможно устоять на месте. Шарль Бодлер говорил: «танец может выявить все тайны, которые кроются в музыке».

Один из таких видов танца, который помогает раскрыть все секреты является high heels. Это красочный микс разных направлений, который по достоинству оценят любители высоких каблуков. Чаще всего в этом направлении многим нравится именно музыка. И специально для вас

я сделала подборку таких песен.

Первая аудиозапись под названием «feel it» в исполнении Lloyd feat Rich Homie. В переводе «почувствуй». Слушая эту



Пластика The Weeknd из Pinterest

голоса: низкий мужской и высокий, тонкий женский заставляют полностью погрузиться в песню. Танцевать high heels под подобную музыку одно удовольствие.

Закрывает наш топ пять Pharaoh. Его песня с названием «в ванной» такая чувственная и лёгкая, как и сам high heels. Станцевав перед зеркалом, вы сразу поймёте, что это ваше призвание!

В мире столько разных музыкальных жанров, под которые хочется танцевать. Поэтому не сидите дома, не теряйте зря своё время, записывайтесь прямо сейчас на танцы, которые будут вам по душе.



Мargarita Царева



Танцевальная обувь. Фотография из Pinterest.

песню, невозможно устоять на месте. Хочется на танцпол, покорить всех своими движениями.

The Weeknd также вам подойдёт с песней «party monster». Эта песня - настоящее проявление женской энергии.

Не забываем про нежную Кристину Si. С её двумя потрясающими треками.

1) «Твой мир» - грустная песня о любви девушки к мужчине, которая пытается выйти из сложных отношений. Танцем можно показать историю любви молодых людей.
2) «Секрет» совместно с исполнителем Скруджи. Своим дуэтом они дополняют друг друга, а разные



Исполнитель Pharaoh. Фотография из Pinterest

**Выходные
данные:**

Главный редактор: Margarita Царева
Корректор: Вероника Якупова, Анастасия Герасимова
Журналист-фотограф: Данил Шевчугов, София Колбичева,
Дмитрий Усачёв, Вероника Якупова, Алина Кустенко, Елена Языкова,
Анастасия Герасимова
Дизайнер-верстальщик: Анжелика Новикова