

В выпуске:

✓ **СВЕТЛАНА ВАЛЕЕВА: ОТ
СТРОИТЕЛЬНОЙ КОМПАНИИ ДО MSM**

✓ **52 КИЛОМЕТРА ПЕШКОМ, ИЛИ
КАК НУЖНО ОТДЫХАТЬ**

✓ **ПЛАКАТЬ - ПОЛЕЗНО?**

✓ **ОТНОШЕНИЯ ГУБЯТ ИЛИ ЛЕЧАТ?
ИНТЕРВЬЮ С ПСИХОЛОГОМ**



САМОРАЗВИТИЕ

В ПОИСКАХ СЕБЯ: КТО Я? КЕМ Я СТАНУ?

Диана Косминова

Вы когда-нибудь задумывались о том, что молодежь вынуждена слишком рано выбирать дело своей жизни? Ведь в возрасте 17-18 лет подростки мало думают о будущем и живут одним днем. На этом этапе ребята проживают период самопознания, где интересы и увлечения меняются со скоростью света, а перед ними уже стоит такой серьезный вопрос: «Кем ты хочешь стать в будущем?».

На фоне неопределенности молодое поколение зачастую выбирает будущую профессию под давлением родителей или идет за компанию с друзьями. Как итог, в процессе обучения появляются мысли, что ты находишься не на своем месте, но уже прошло много времени, чтобы бросить все. А далее вместе с мыслями появляется и беспокойство, связанное с правильностью выбора профессии. Такой период имеет определенное название - «Кризис четверти жизни»

Это время характеризуется сменой ведущей деятельности, поиском новых смыслов и ценностей и проявляется тревогой из-за неопределенности будущего, чувством безысходности, разочарованием. Но уверяем вас, жизнь

на этом не закончена! Наша редакция встретилась с людьми, прошедшими подобный путь и уже состоявшимися в любимом деле. Они с удовольствием поделились с нами своими историями.

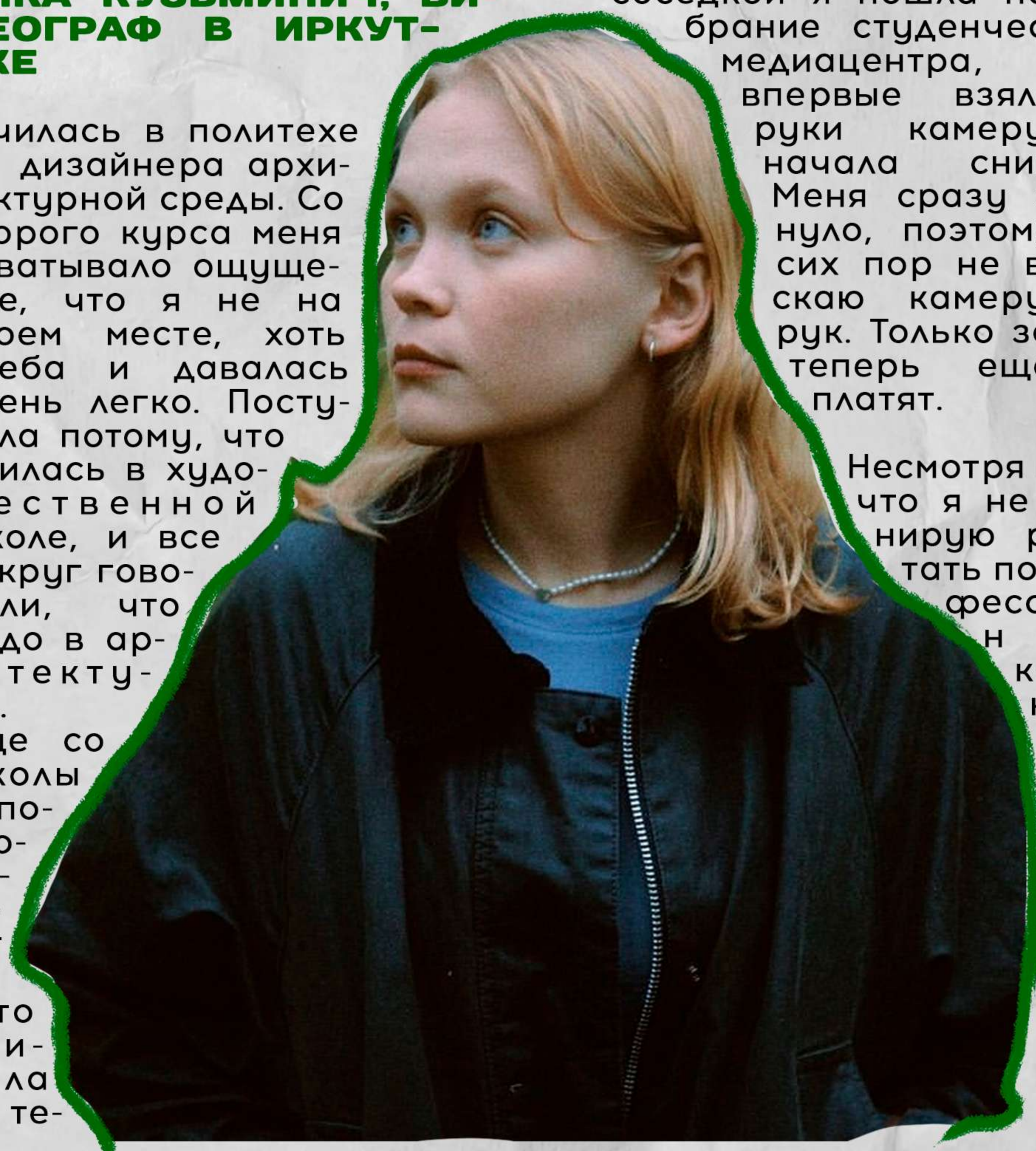
НИКА КУЗЬМИНИЧ, ВИДЕОГРАФ В ИРКУТСКЕ

«Училась в политехе на дизайнера архитектурной среды. Со второго курса меня охватывало ощущение, что я не на своем месте, хоть учеба и давалась очень легко. Поступила потому, что училась в художественной школе, и все вокруг говорили, что надо в архитектуру. Еще со школы я постоянно читала

о-то снимала на те-

лефон, монтировала, но «это же несерьезно», поэтому никто даже не думал, что я буду поступать в киноакадемию или что-то подобное. Даже разговоров таких не было. Поступив в вуз, на первом курсе за компанию с соседкой я пошла на собрание студенческого медиацентра, где впервые взяла в руки камеру и начала снимать. Меня сразу затянуло, поэтому до сих пор не выпускаю камеру из рук. Только за это теперь еще и платят.

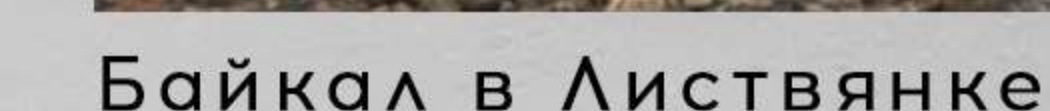
Несмотря на то что я не планирую работать по профессии, я не и капли не жалую, что поступила.



Артём Шаповалов

Это не просто мечта, а реальность, которая доступна каждому. Оглянитесь вокруг, и вы заметите эти чудеса природы - источник вдохновения и бесконечных возможностей для саморазвития и самопознания. Но всё это больше относится к спокойному и малоподвижному отдыху.

Давайте снова окунёмся в мир фантазий и представим восхождение на вершину горы, звуки шагов на тропе, полная свобода, море впечатлений и ощущение адреналина - всё это про активный отдых, который так любит современная молодёжь. Бюджетные ограничения нередко ставят под вопрос мечты молодых людей о динамич-



ном досуге, но мир полон интересных и живописных мест, которые доступны абсолютно каждому. На просторах сети интернет существует множество сервисов по подбору недорогих би-

Одно из таких мест для активного отдыха расположено недалеко от нашего города, - озеро Байкал, сердце Сибири с невероятно красивой природой и интересной историей.

Своими впечатлениями об активном отдыхе подели-



лась **ВЕРСТАЛЬЩИК НАШЕЙ РЕДАКЦИИ - ПОЛИНА АРТАМОХИНА**. Для неё активный отдых с семьёй - это неотъемлемая часть жизни, без которой она не представляет своего существования.

«В нашей семье давно зародилась традиция активно проводить время вместе. Мой первый поход был в 9 лет недалеко от станции КБЖД Ангасолка (8 км), когда наша семья часто выезжала на природу с палатками. В мои 11 лет мы с родителями ходили по маршруту «Листвянка - Большие Коты» (17 км - 2 дня). Это было начало моей любви к активному отдыху. Он очень сплачивает, объединяет совместными эмоциями, впечатлениями. Мы

лучше друг друга узнаем в новых обстоятельствах. Этому опыту нет альтернативы. Самыми запоминающимися выездами и вызовами самой себе стало восхождение на «Пик любви» и 52 километра днем и ночью по Большой байкальской тропе от Листвянки до Голоустного. Моими мечтами сейчас остаются самостоятельный прыжок с парашютом и, конечно, Эверест, но пока это остается лишь мечтами, так как требует огромной подготовки и хороших накоплений».

Но так как приближается чудесное время года - зима, возникает вопрос, а какой же активный отдых можно найти зимой на Байкале? Вот несколько вариантов:

1) ПОСЁЛОК ЛИСТВЯНКА: задерживаться надолго здесь смысла нет, но на пару дней вполне можно. За это время можно найти несколько вариантов для активного отдыха: покататься на хивусе, отправиться в ха-ски-питомник, чтобы сделать семейные фотографии, или посетить нерпинарий и увидеть живую "хозяйку" Байкала.

2) ОЛЬХОН: зимой, как правило, многие едут на Байкал для того, чтобы увидеть невероятной красоты лёд. Если вы выбрали это место для зимнего активного отдыха, то поезжайте в деревню Хужир, желательнее в конце января, когда лёд уже окреп. Тогда вы сможете в полной мере насладиться прогулкой и красотой байкальского льда.

3) ПОСЕЛОК БОЛЬШОЕ ГОЛОУСТНОЕ:

лютно прозрачный байкальский лёд, всем известный как пузырьковый, славится своей фотогеничностью, именно за ним стоит охотиться. Ну а если вы подготовлены, то стоит подняться на гору Мудрости ради ошеломляющей панорамы.

Помимо хорошо знакомых нам коньков и тюбов, теперь в Листвянке можно заняться подледным дайвингом, на Малом море зимней рыбалкой, а в Забайкальском национальном парке находятся бесплатные термальные источники, где и купели и деревянные раздевалки. В зимнем походе ночевать в палатках на льду с организованной группой, на Соболиной прокатиться на лыжах или сноуборде по каждой из двенадцати трасс или кататься на велосипеде с зимней шипованной резиной, джипах или внедорожниках там, где летом даже ногами не встанешь - до всего рукой подать!

Полина также поделилась своими впечатлениями об активном зимнем отдыхе на Байкале, который вдохновляет её на пути к новым свершениям.

«Одной из самых популярных и любимых активностей является катание на коньках, сноубордах и тюбах. И в Иркутске, и на Байкале есть специально оборудованные трассы для занятий зимним спортом и активного времяпрепровождения. Ярким примером в моей жизни является дядя, который перешел священное озеро пешком, не испугавшись потеряться, обессилеть, ведь это требует большой подготовки, и в будущем я бы очень хотела рискнуть, как он, и получить те же неповторимые и незабываемые эмоции».

Зимний и летний активный отдых позволяет нам почувствовать единение с природой, зарядиться

энергией и получить массу положительных эмоций. Активный отдых полезен как для здоровья, так и для морально-психологического состояния. Всё это благодаря эмоциональной разгрузке и хорошим воспоминаниям, которые останутся на всю жизнь. Активный отдых - это здорово, особенно, когда рядом есть такое чудесное место с невероятной природой - озеро Байкал.

Так всё-таки, душой или телом? Наша редакция тоже решила испытать на себе активный отдых и отправиться в Листвянку. После поездки, проанализировав собственные впечатления и комментарий Полины, мы пришли к выводу, что может телом мы и не отдыхаем, но это всё того стоит. Ведь мы получаем новые впечатления, эмоции, тем самым отдыхая душой! Попробуйте сами, и, может быть, Ваш ответ на этот вопрос будет другим.



Ирина Иванова



Чтобы лучше понять, как это направление искусства воспринимается в Иркутске, был проведен опрос среди молодых людей в возрасте 18-30 лет. Вопросы касались их знакомства с методом, личного опыта использования нейрографики и восприятия этого метода как инструмента самопомощи. Результаты опроса показали, что молодые люди активно знакомятся с нейрографикой. А

Чтобы глубже понять влияние метода на молодежь, **АНАСТАСИЯ АНОХИНА**, сертифицированный преподаватель по нейрографике и практикующий психолог Иркутска, ответила на вопросы.

КАК ВЫ СЧИТАЕТЕ, ПОЧЕМУ НЕЙРОГРАФИКА СТАНОВИТСЯ ТАК ПОПУЛЯРНА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ?

Нейрографика становится популярной среди молодежи, потому что это доступный и неформальный способ самовыражения, который не требует художественных навыков. Молодёжь ищет методы, которые помогут справиться со стрессом, развить креативность и лучше понять себя.

КАКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ ВЫ НАБЛЮДАЕТЕ У МОЛОДЁЖИ ПОСЛЕ ЗАНЯТИЙ?

Я замечаю значительные изменения в эмоциональном состоянии моих учеников. Многие из них становятся более уверенными в себе, открытыми для новых идей и готовыми к самовыражению. Также наблюдается отпущение прошлого, улучшение настроения и снижение уровня тревожности. Участники начинают лучше понимать свои эмоции и находить гармонию внутри себя.

КАКОВЫ ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ НЕЙРОГРАФИКИ, КОТОРЫЕ ВЫ ОБЪЯСНЯЕТЕ СВОИМ УЧЕНИКАМ?

Рисование должно быть интуитивным, не стоит за-
цикливаться на результате,
важно следовать своим
ощущениям. Участникам
предлагаю позволить созна-
нию свободно течь, что по-
могает выявить скрытые
мысли и чувства.

ЧТО ВЫ БЫ ПОСОВЕТОВАЛИ МОЛОДЫМ ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ ХОТЯТ НАЧАТЬ ЗАНИМАТЬСЯ НЕЙРОГРАФИКОЙ?

Начать с простых упражнений и не бояться экспериментировать. Вам не нужно быть художником - просто дайте волю своей фантазии. Начните с небольших сеансов, уделяя время осмыслению своих эмоций и переживаний. Также рекомендую посещать мастер-классы или группы по нейрографики, где можно получить поддержку и обменяться опытом.

Нейрографика становится все более популярной среди молодежи как эффективный способ самовыражения и работы с эмоциями. В условиях современного мира, насыщенного стрессом и неопределённостью, этот способ является ценным инструментом для молодежи в поиске гармонии.



Анастасия Анохина

продолжение, начало на стр 1

Вуз не сделал из меня крутого архитектора, но дал мне сообщество, жизненный опыт и любимое дело, хоть и косвенно.

Совет, который дала бы даже себе. Не нужно опираться на мнение друзей, семьи и людей вокруг. Слушать только себя, анализировать, что нравится, от чего горят глаза и пробовать, ошибаться, опять пробовать».

**СВЕТЛАНА ВАЛЕЕВА, ВЕДУЩАЯ ПРОГРАММЫ
ВЕСТИ ИРКУТСК И
РАДИО МСМ**

«Я училась в ИрНИТУ на инженера-строителя. До третьего курса, когда были общеобразовательные предметы, все было прекрасно, я получала стипендию и являлась одной из лучших студенток на курсе. Но когда начались профильные предметы, стало совершенно неинтересно. Сопромат, железобетонные, металлические и деревянные конструкции, проектирование - мне было сложно в этом разобраться, особенно когда душа не лежит к этому».

Думаю, нужно было отучиться по специальности, которая не нравится, чтобы понять, чем действительно хочешь заниматься. Вот так и получилось у меня. После вуза я работала в строительной компании инженером-сметчиком и совершенно случайно оказалась в медиасфере: меня пригласили на прослушивание на радио «Шансон» и «Авторadio», а

после позвали выйти к ним на работу. После этого приняла участие в конкурсе от «Вести Иркутск», который назывался «Новое лицо». Тогда я его не выиграла, но через год, уже вне конкурса, меня пригласили вести праймовые выпуски. Также за это время мне довелось поработать в эфире федерального телеканала «Россия 1».

По своему опыту скажу, нужно быть смелыми и идти туда, где страшно. Идти туда, где, возможно, ничего не получится, иначе вы никогда не узнаете - ваше это или нет. Необходимо сделать этот шаг и тогда все станет ясно. Все наши ошибки - это большой опыт».



На самом деле, подобных историй не счесть! Ярким примером являются Билл Гейтс и Стив Джобс – два гения в технологическом мире, которые вернули нашу реальность и оставили глубокий след в истории. И кто бы мог подумать, что они даже не получили высшего образования, но благодаря своей решительности смогли создать собственную «империю». Помимо этого, с подобной ситуацией столкнулись такие звезды, как Севиль из

музыкального дуэта Artik&Asti, рэп-исполнитель Мот, известная телеведущая Елена Летучая, комик-импровизатор Антон Шастин и еще много-много



Елена Летучая

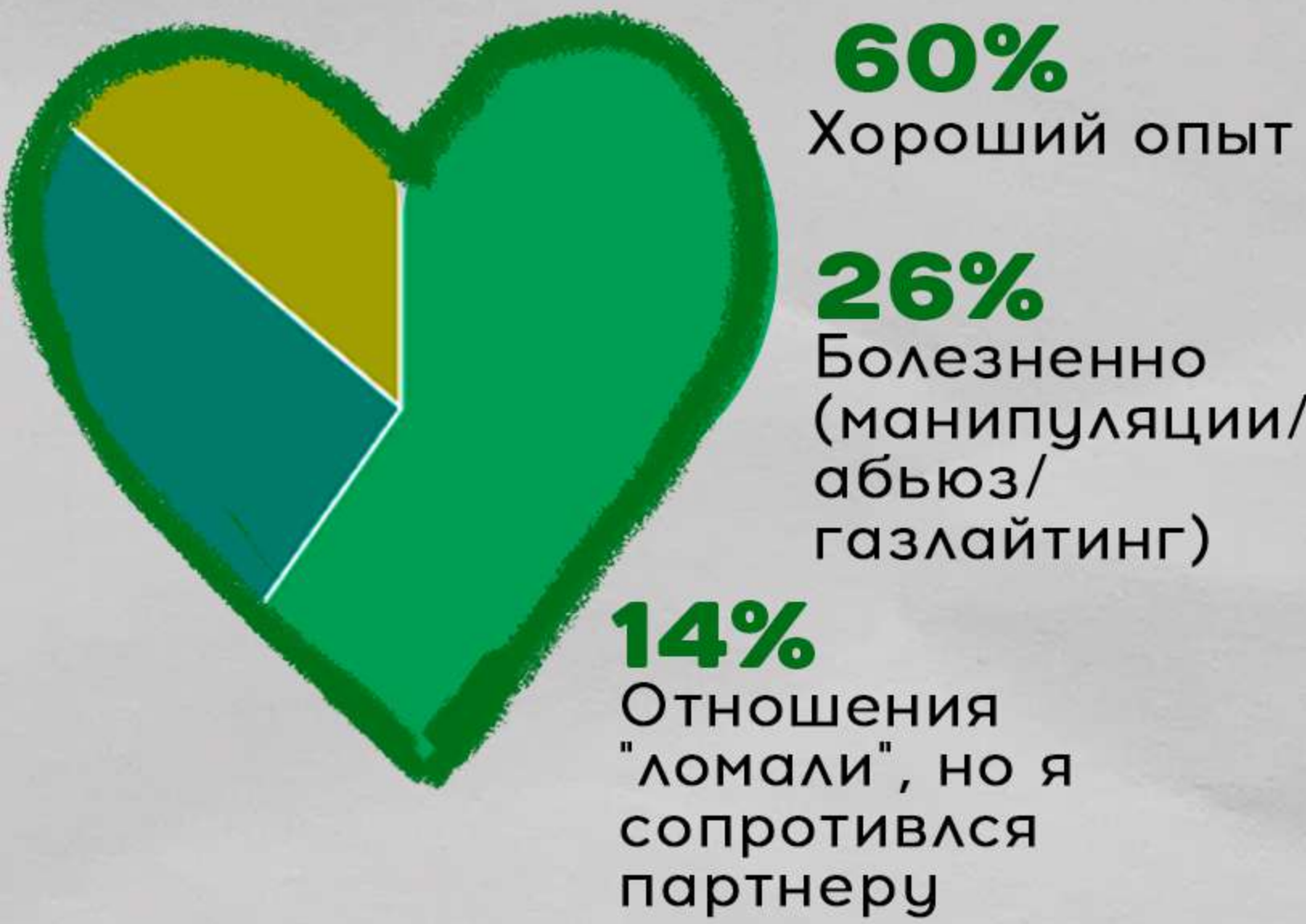
других людей, нашедших себя в неожиданном, но любимом для себя деле, благодаря которому они получили признание публики и счастливую жизнь!

Мы ни в коем случае не призываем вас делать так же! Наша цель – показать, что каждый случай индивидуален и опираться стоит только на свои чувства, а совершать ошибки абсолютно нормально. Сейчас все только начинается, поэтому важно продолжать искать себя, тогда вы обязательно найдете!

СТАТИСТИКА ГОВОРИТ: 50/50. ОТНОШЕНИЯ ГУБЯТ ИЛИ ЛЕЧАТ?

Софья Седых

КАКОЙ У ВАС БЫЛ ОПЫТ ОТНОШЕНИЙ?



В мире любви и доверия мы часто сталкиваемся с конфликтом и недопониманием. Многие задаются вопросом: «Что же на самом деле делают отношения с нами? Губят или лечат?». В этой теме нам поможет разобраться **ВИКТОРИЯ ГОРЧИЛИНА, ПРАКТИКУЮЩИЙ ПСИХОЛОГ**, гештальт-терапевт, региональный представитель международной академии гештальта в г. Иркутске, кто -



рая поможет разобраться в тонкостях отношений и поделится советами о том, как построить здоровые отношения.

ЧТО ВЛИЯЕТ НА ОТНОШЕНИЯ?

У всех нас есть некоторый опыт отношений, начиная с самых первых, самых ранних, полученных нами в детстве. Именно этот опыт формирует некоторую структуру личности, так называемый "магнит", который будет притягивать людей, выбирать, замечать, влюблять в тех, у кого есть некоторая схожесть с вами. Если история первых отношений с матерью и отцом была непростая: абьюз, игнорирование, обесценивание, жестокое отношение, то и в зрелом возрасте человек будет "примагничивать" к себе такого же человека.

КАК БОРОТЬСЯ С ОТНОШЕНИЯМИ, КОТОРЫЕ ГУБЯТ? НУЖНО ЛИ СОХРАНЯТЬ ТАКИЕ ОТНОШЕНИЯ ИЛИ МЕНЯТЬ?

Есть одна крайность: «Он тебя унижает - бросай», в такой ситуации очень легко самому стать абьюзером. В любых отношениях важен диалог, но, если он ни к чему не приводит, не нужно сохранять такие отношения. Сейчас достаточно часто люди стали опираться на сказку «Красавица и Чудовище», в которой главная героиня расколдовала молодого



принца. Многие попадают в подобную ловушку, считая, что партнер прекрасен, и пытаются его изменить, но это неправильно. В таком случае очень важно обращать внимание на действия, а не на то что говорят. Если партнер что-то делает, слышит, а самое главное сам пробует менять, то тогда в таких отношениях есть, что спасать.

ЧТО ЛУЧШЕ: ОДИНОЧЕСТВО ИЛИ БЫТЬ В ОТНОШЕНИЯХ?

Если смотреть с самого начала, то человек социальное существо, мы появляемся в отношениях мамы и папы. Дальше человек растёт и воспитывается тоже в этой среде. В широком смысле, без отношений мы жить не можем, но кому-то хорошо с ними, а кому-то хорошо без них, и то, и другое - норма. Если же плохо и одному, и с партнёром, то здесь есть о чём поразмыслить.

ПОЧЕМУ ЛЮДИ СТАЛИ ДЕЛАТЬ ВЫБОР В СТОРОНУ ОДИНОЧЕСТВА?

Когда мы находимся в отношениях, есть определённые циклы: сначала приближение, слияние, напивание, затем отдаление, нахождение в одиночестве, и в этом месте опять назревает потребность на приближение. Раньше люди нуждались в партнёре, было тяжело

выжить одному, как говорится: «Один в поле не воин». А сейчас время изменилось, всё больше идёт процесс отделения, познания себя и для того чтобы выжить в современном мире, нет потребности в партнёре. Чаще всего у человека возникает в жизни период, во время которого он хочет побыть один, нужно пожить для себя, так называемое, временное одиночество.

ВАЖЕН ЛИ ОПЫТ НЕГАТИВНЫХ ОТНОШЕНИЙ В НАШЕЙ ЖИЗНИ?

Любой опыт важен, если мы его можем ассимилировать и переварить, как говорится, «всё что не убивает - делает нас сильнее», из любого опыта нужно взять и научиться чему-то новому. Любой опыт нужно перерабатывать, не прятать, не отрицать. Очень часто после плохого опыта отношений говорят: «Я хочу поскорее это забыть» - забыть не получится, забыть бесполезно. Если мы забываем, то происходит тоже самое, а если мы изучаем, извлекаем что-то важное, то следующие отношения будут уже другие.

КАК ДОЛЖНЫ ВЫГЛЯДЕТЬ ЗДОРОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ? КАКИМИ ВЫ ИХ ВИДИТЕ?

ДОВЕРИЕ
ЛЮБОВЬ
ЧЕСТНОСТЬ
ПОДДЕРЖКА

Здоровые отношения - это отношения, в которых наши потребности удовлетворяются обоюдно, нам вместе лучше, чем по-отдельности. Почему так? Потому что у нас есть те нужды, которые мы можем удовлетворить только сами, и если партнер это ограничивает, то здесь есть место для разговора и



Кристина и Илья (герои фотографии): «Для нас здоровые отношения это и в грусть, и в радость всегда вместе. Это гармония между половинками и поддержка с обеих сторон».

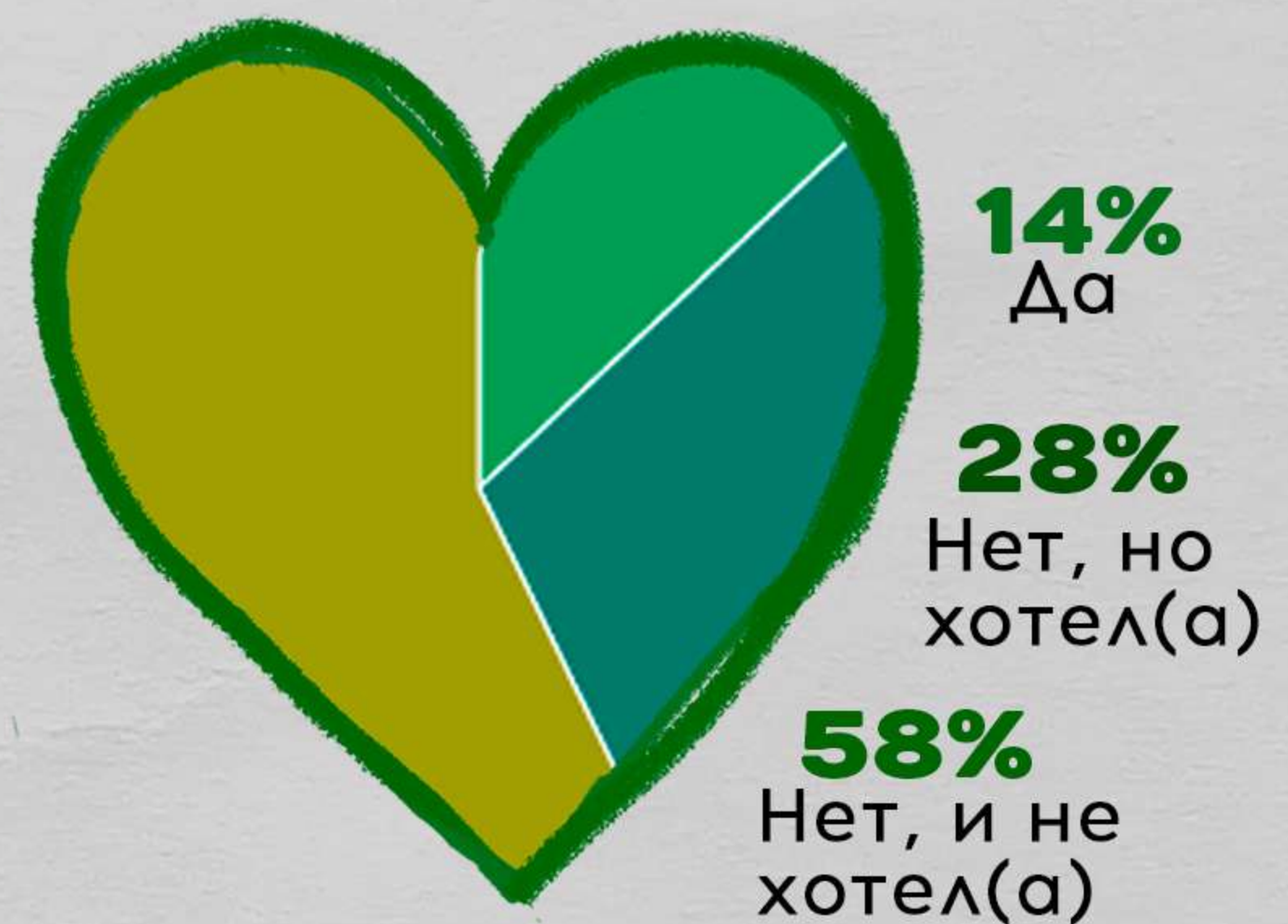
диалога. В отношениях должно быть два человека, а не двое, как один. Если вы думаете только о партнёре и он важнее, чем вы сами, это нездорово. Важен баланс: слышать себя и слышать партнёра.

КАКИЕ СОВЕТЫ МОЖЕТЕ ДАТЬ ПО ПОСТРОЕНИЮ ЗДОРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ?

Первый совет - это диалог! Важно разговаривать: «Я чувствую себя так-то..., когда ты делаешь так-то...». Не нужно бояться идти на границу контакта: «Что это значило для тебя?». Говорите о себе, о своих чувствах, старайтесь увидеть и услышать партнера, а не обвинять его. Второй совет - замечать и слышать свои потребности.

Показывайте обе свои стороны. Мужчины хотят казаться рыцарями, а девушки принцессами. Очень не просто быть в отношениях всегда идеализированным. Дайте себе право быть собой. Именно тогда больше шансов, что отношения сохранятся. Если мы привнесем свои ценности, то шансов построить здоровые отношения больше, потому что «я буду присутствовать в них целиком».

ОБРАЩАЛИСЬ ЛИ ВЫ К ПСИХОЛОГУ ПОСЛЕ НЕГАТИВНОГО ОПЫТА ОТНОШЕНИЙ?



Когда мы признаём, что что-то есть, что что-то не так, я в чём-то нуждаюсь, только тогда можно всё изменить, трансформировать.

Отношения могут принести радость, поддержку, любовь и понимание, но в то же время они могут вызывать конфликты, стресс, раздражение и боль. Всё зависит от нас самих. Будьте открытыми, доверяйте своему партнёру и не бойтесь говорить. Ведь именно это является источником исцеления и счастья. Главное - не бояться обращаться за помощью к специалистам и работать над собой и своими отношениями. Сегодня мы доказали, что психолог может не только поддерживать, но и рассказать много интересного и нового. Надеемся, эта статья была полезна и для Вас!

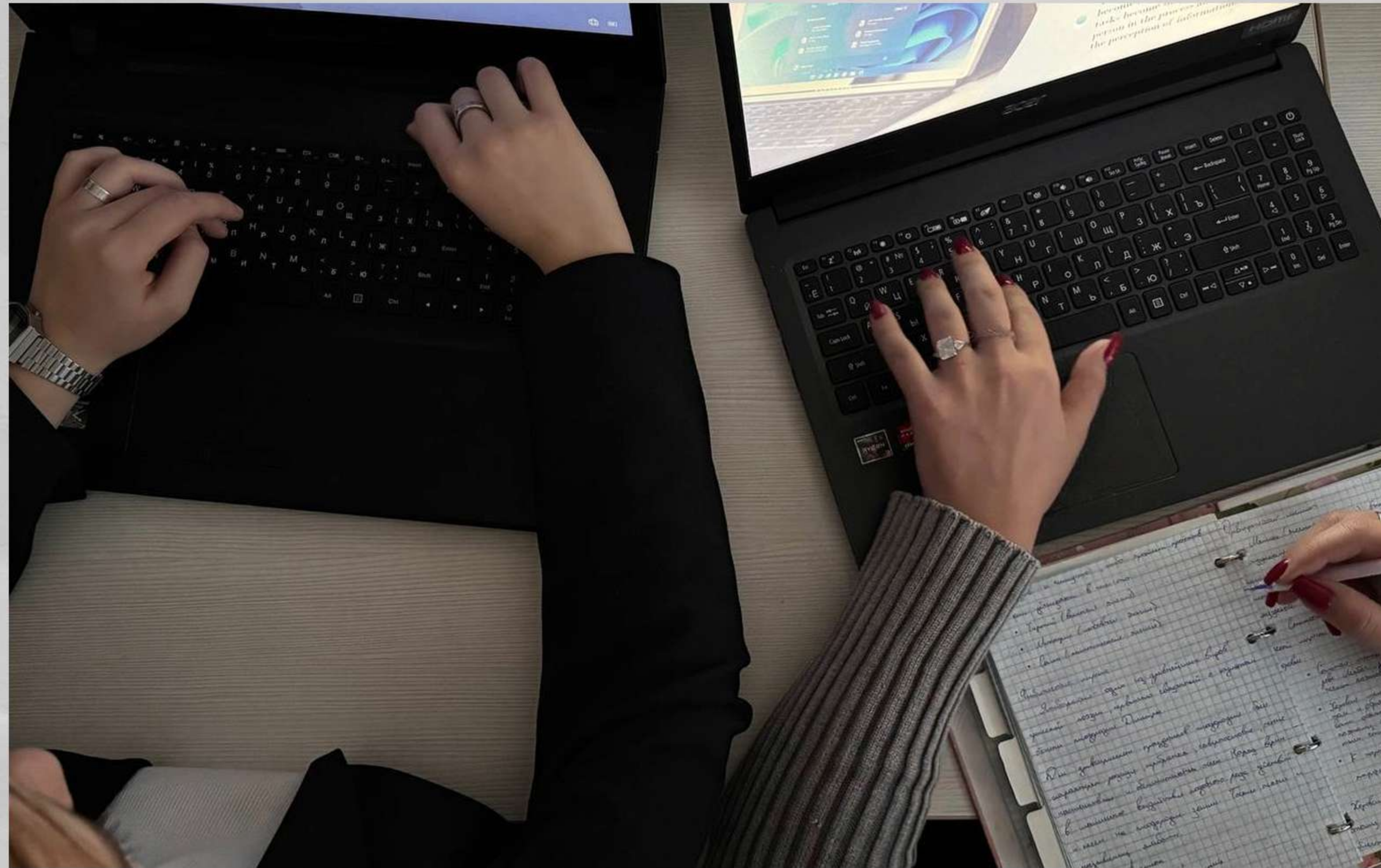
СТАТИСТИКА ГОВОРИТ: НА ТРЁХ ЧЕЛОВЕК ОДИН КОМПЬЮТЕРНЫЙ ГЕНИЙ

Роза Сапунова

Молодежь сегодня выбирает нестандартные онлайн-профессии, предпочитая разнообразие творческих задач скучной офисной рутине. Новые знания и навыки в цифровой сфере открывают широкие возможности для совмещения учебы и работы, что является идеальным вариантом для студентов.

Почему сейчас популярна работа онлайн и чем она привлекательна? Во-первых, работать можно в любом месте, где бы ты ни был, главное иметь с собой ноутбук или компьютер. Во-вторых, отсутствует денежный потолок, зарплата зависит исключительно от объема выполненной работы, что является приятным бонусом в данной профессии. В-третьих, наличие высшего образования не обязательно, достаточно пройти профессиональные курсы, которые длятся несколько недель.

Существует множество актуальных онлайн-профес-



авторское фото редакции «Дроп»

сий, которые становятся все более востребованными: SMM-специалист, контент-менеджер, UX/UI-дизайнер, графический дизайнер, веб-разработчик и т.д.

Онлайн-профессии сейчас доступны абсолютно каждому, и мало кто до сих пор не знает об их существовании, в подтверждение этому был проведен опрос среди студентов Иркутска:

«ПО ВАШЕМУ МНЕНИЮ, НАСКОЛЬКО ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫ ЦИФРОВЫЕ ПРОФЕССИИ?»

В опросе приняли участие 51 человек, из них: **65%** считают, что цифровые профессии привлекательны, **8%** считают наоборот, а **31%** ответили, что относятся к этому нейтрально.

«РАБОТАЕТЕ ЛИ ВЫ В ОНЛАЙН СФЕРЕ?»

18% из опрошенных уже работают в онлайн-сфере, **47%** хотело бы попробовать себя, остальные этим заниматься не хотели бы.

ГДЕ ПОЛУЧИТЬ ВОСТРЕБОВАННЫЕ

НАВЫКИ В ОБЛАСТИ ЦИФРОВЫХ ПРОФЕССИЙ?

Обучение доступно как в онлайн, так и в офлайн форматах. В онлайн формате на просторах интернета доступно огромное количество курсов, которые представляют из себя обучающие видеоролики и прикрепленные к ним домашние задания для оттачивания навыков. Выбрать своего преподавателя можно, исходя из качества его работ, выложенных на аккаунт и финансовых возможностей.

Обучение в офлайн формате вы можете пройти в профессиональных школах своего города, достаточно только вбить в поисковую систему определенный запрос. Так, например, в Иркутске есть «Международная школа профессий», которая проводит пятидневный курс по созданию ярких цифровых иллюстраций на фрилансе или обучение digital-иллюстратора. Помимо этой школы есть «Байкальский Центр Образования», учебный центр «Эталон» и др. По окончании курса выдается сертификат об обучении.

Создание портфолио. **ГДЕ ИСКАТЬ КЛИЕНТОВ?**

Прежде чем искать клиентов, соберите авторское портфолио, которое зацепит взгляд потенциального покупателя. Ярко, красочно, оригинально или минималистично, аккуратно, но притягательно. Именно эти факторы в ваших работах позволят найти клиента. Берите любые предметы, которые хотите продвинуть: создайте графическую карточку товара, снимите рекламный ролик или напишите текст так, чтобы покупатель среди всех конкурентов выбрал именно вас.

После этого можно уже искать клиентов. Это можно сделать на любых сайтах, будь это hh.ru, avito или продвижение через социальные сети. Для фрилансеров существует специальное

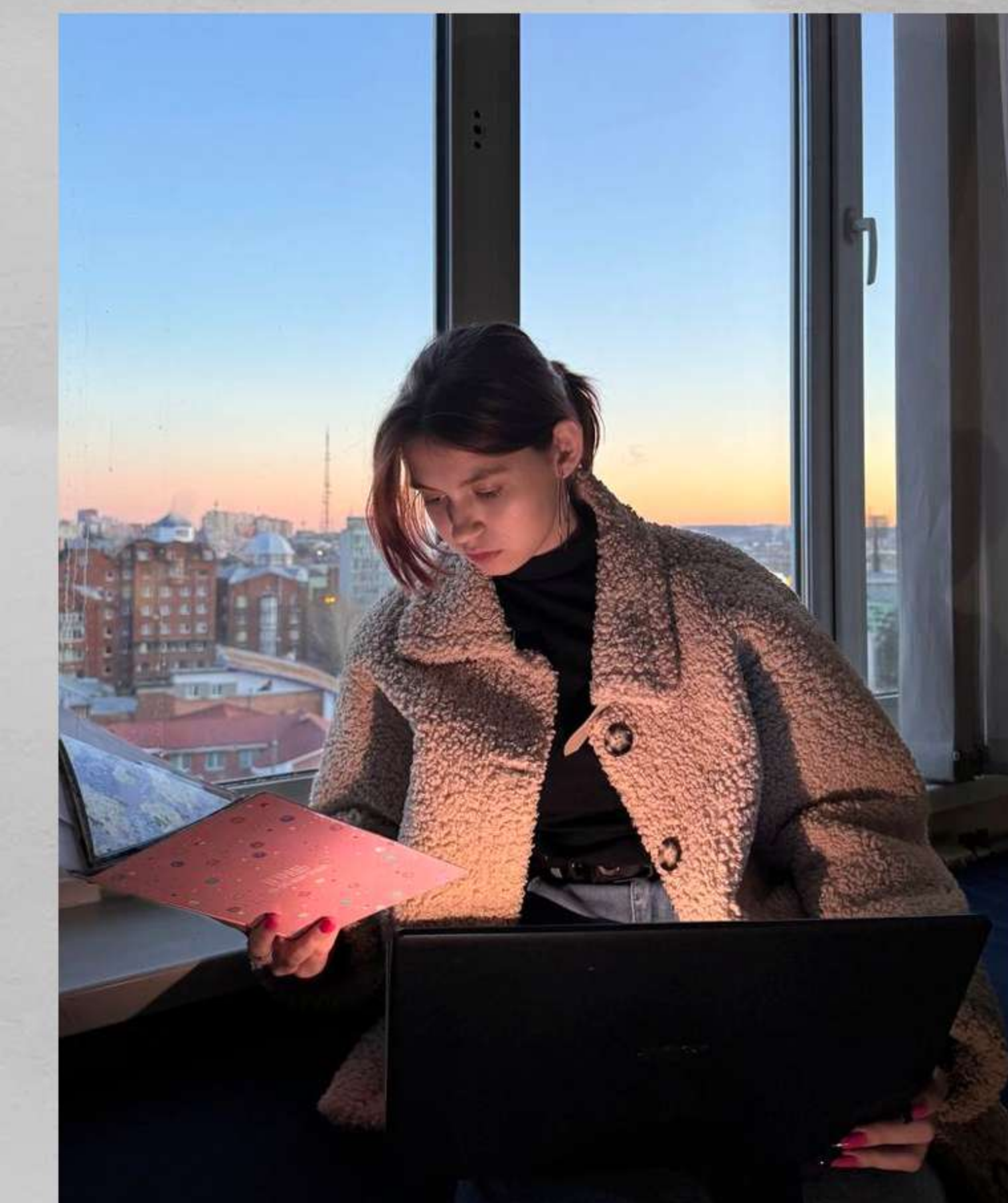
приложение - профи.ру. Но учитывайте, что отклики на вакансии на этой платформе платные. Продвижение через развлекательные платформы считаются наиболее эффективными, так как аудитория выходит за рамки вашего местоположения. Это могут быть люди из других городов, которые желают приобрести услуги для бизнеса или работы. Не забывайте о том, что

онлайн-работа - такая же работа, и с такого заработка тоже нужно платить налоги. Чтобы «узаконить» свою деятельность, достаточно оформить самозанятость. Сделать это можно при помощи приложения «Мой налог». Ничего сложного: заходите, регистрируетесь, и официально оформляете свой доход.

Онлайн-профессии интересны и доступны, но тоже по-своему сложны и требуют ответственности.

Сегодня такой формат - не просто тренд или вынужденная мера, это реальная возможность изменить свою жизнь, поэтому нужно не бояться пробовать что-то новое и начинать инвестировать в свое образование, ведь при этом вы ничего не потеряете, так как в офисе можно вернуться всегда, а новые приобретенные знания можно реализовать везде.

Но не бойтесь пробовать, и помните, всё в ваших руках!



Полина, наш верстальщик, тоже работает онлайн. «Работа онлайн - это интересно, и у этого есть свои плюсы, например, можно работать откуда угодно. Но на онлайн-специалиста тоже нужно учиться. Бывают свои сложности, допустим, разница в часовых поясах с клиентами».

10 11

ДРОН

16.10.2024 номер 2



ИАНА ЧУБ
биг агро босс
главный редактор



ПОЛИНА АРТАМОХИНА
фреш демон
верстальщик



РОЗА САПУНОВА
идейный генератор
корректор



СОФЬЯ СЕДУХ
красивые глазки
журналист



СЭЛМЭГ АБИДУЕВА
стальные нервы
журналист



ИРИНА ИВАНОВА
сама пунктуальность
журналист



ОЛЕСЯ АРДУВАНОВА
в спящем режиме
журналист



АРТЁМ ШАПОВАЛОВ
умный, но ленивый
журналист



ИАНА КОСМИНОВА
штрих
журналист