



Мой колледж

Студенческая газета Колледжа
Профессионального
Образования ПГНИУ

Апрель
2020

В этом выпуске

СМЕХ ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ	1-3
ТОП-10 ИНТЕРЕСНЫХ ФАКТОВ ПРО МЁД ДЛЯ ВАС, КНИГОЛЮБЫ!	4
КАК ПЕРЕСТАТЬ ПРО- СЫПАТЬ ПЕРВЫЕ ПАРЫ?	5
ПЯТНИЦА 13: СТОИТ ЛИ БОЯТЬСЯ?	6
САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ ПРОФЕССИИ 2020	7-8
	9-10



Как многим известно, в апреле есть замечательный веселый праздник – День смеха. Он отмечается 1 апреля. Этот праздник не занесен в календари, однако во многих странах в этот день принято шутить и веселиться, разыгрывать друг друга. Нам захотелось узнать об этом празднике подробнее (его историю, традиции и интересные факты).

Продолжение на стр. 2



Мой колледж



СМЕХ ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ

История праздника не известна точно. Есть несколько версий его происхождения:

Одна из версий приписывает зарождение этого праздника Древнему Риму. Там в середине февраля, (а не в начале апреля) праздновался праздник Глупых. Апулей считал, что в Древнем Риме первоапрельский обман был связан с праздником в честь божества Смеха.

Другая версия утверждает, что он зародился еще в древней Индии. Там 31 марта отмечали праздник шуток.

Есть версия, что изначально 1 апреля праздновался в Индии и Древнем Риме как день весеннего равноденствия. По этому случаю люди устраивали гуляния с шутками, шалостями и веселыми проделками. Так старались задобрить весенние капризы природы.

Еще одна версия гласит, что День смеха связан с переходом на Григорианский календарь.

Версий происхождения множество, но в письменных источниках праздник упоминается впервые только в 1686 году.

Интересные факты

1) Автором первого массового первоапрельского розыгрыша в России (1703 год) был Петр I. Русский царь, который любил пошутить, увидел вариации первоапрельского остроумия во время своего европейского «тура» и решил внедрить его на русской земле. В тот день глашатаи ходили по улицам, зазывая людей на «неслыханное представление». В указанном месте собралась огромная толпа зрителей. Когда перед людьми распахнулся занавес, они изумились, увидев лишь надпись на огромном полотне: «Первый апрель – никому не верь!».

2) В Шотландии День дурака отмечают целых два дня. Первый день называют Днем кукушки, а тех, кого удалось обмануть – «разинями». Второй день празднования называют Днем хвоста.

3) В Англии шутки и розыгрыши приняты только в первой половине дня. Считается, что потеряешь удачу, если разыграешь кого-то после полудня.

4) Самым старым розыгрышем в СМИ на 1 апреля считается британская шутка про мытье белых львов в Тауэре. Так, в 1698 году в одной из лондонских газет была опубликована заметка-приглашение в Тауэр, где будут мыть белых львов. Толпы лондонцев ринулись посмотреть на это увлекательное зрелище, но были обмануты и разочарованы. Примечательно, что, когда в 1860 году одна из газет в точности повторила это объявление, результат был аналогичным.

с 1-ым апреля!



Продолжение на стр. 3



Мой колледж



СМЕХ ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ



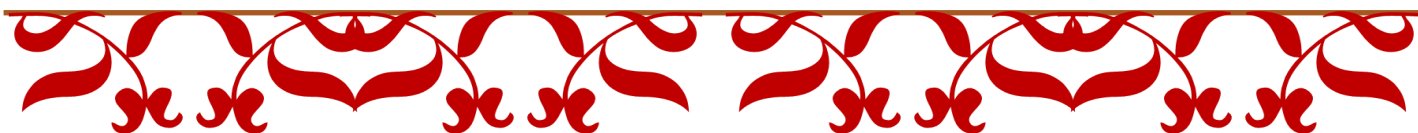
Традиции празднования 1 апреля в разных странах

1. Жители Финляндии много веков подряд 1 апреля отмечают именины домового, известного своими проказами. В Финляндии особенно любят шутить на всю страну. В этот день они могут придумать новый закон или постановление, незначительное, но определенно забавное и заслуживающее внимание. Под конец дня выходит опровержение и объявление удачной шутки.

2. В Португалии День смеха имеет свои традиции. По случаю праздника португальцы сметают с прилавков практически всю муку и страна погружается в большое белое мучное облако. Каждый старается посыпать мукой как можно больше людей, а отряхиваться в этот день они, по традиции, не должны.

3. В Индии в этот день принято мазать друг друга разноцветными красками, бросаться специями, шутить друг над другом, прыгать через костер и праздновать приход весны.

4. 1 апреля в Германии и Австрии считался несчастливым днем. Человеку, родившемуся в этот день, будто бы не везло в жизни. В деревнях не работали, не начинали новых дел, не выпускали скот из стойл. Взрослые и дети обманывали друг друга, посылая выполнять невыполнимые поручения.





Мой колледж

ТОП-10 ИНТЕРЕСНЫХ ФАКТОВ ПРО МЁД



1. Клеопатра — первая женщина, которая стала применять мед в косметических целях. Ее рецепты красоты до сих пор пользуются популярностью у женщин всех возрастов. Она заметила, что мед делает кожу бархатистой, нежной, разглаживает морщинки и тонизирует.

2. Мёд, как известно, пища Богов. Употребление этого продукта обеспечит вам долгие и здоровые годы жизни. Недаром, выдающийся врач древности Гиппократ, постоянно употреблявший мёд, прожил до 110 лет! И это в те времена, когда продолжительность жизни составляла около 40 лет!

3. Для того чтобы получить два килограмма мёда, пчёлам необходимо собрать пять килограммов нектара.

4. Раньше жители жарких стран использовали мёд в качестве «холодильника». Этот продукт не позволял портиться мясу – тушку обмазывали мёдом и закапывали в землю.

5. В 1985 году перуанские таможенники задержали на границе крупную партию мёда из Эквадора. Как оказалось, в лакомстве содержался кокаин.

Для получения смертельно-опасного мёда пчёл выпускали прямо на плантации коки.

6. Мёд – отличная антибактериальная мазь! Способствует скорейшему заживлению мелких царапин, трещин, порезов и ожогов. Для излечения наносите мёд на больное место два раза в день.

7. В Китае производят больше всего мёда. Самый популярный китайский мед – гречишный.

8. А вот самый дорогой мёд в мире родом из Израиля. Выходец из Советского Союза, уехавший позже на свою историческую родину, Александр Гороцит начал кормить медоносных пчёл экстрактом Сибирского Женьшеня. Килограмм такого мёда стоит 12500 рублей.

9. Для того чтобы собрать 100 граммов мёда, пчеле необходимо облететь сорок шесть тысяч километров.

10. Слово «мёд» имеет еврейского происхождения. Дословно его



Шестакова Анна,
Козлова Валентина,
КП/О ЭБУ-1,2-2019 БО



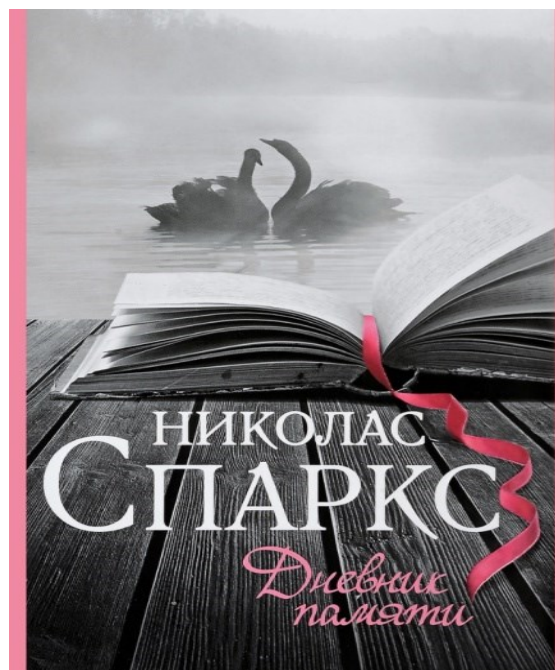
Мой колледж

ДЛЯ ВАС, КНИГОЛЮБЫ!

Дорогой читатель, сегодня мы хотим тебя познакомить с увлекательной историей любви, о которой мечтает каждый. «Дневник памяти» Николаса Спаркса – это уникальное произведение, заставляющее мечтать о таком трепетном чувстве – любви. На нескольких страницах поместилась история о самой невероятной и потрясающей истории, погружающей читателя с головой в бурю эмоций, в безумство искренних и невероятных чувств.

В момент, когда переворачиваешь первую страницу, сразу понимаешь, что впереди тебя ждет незабываемая история о двух людях, которые пронесли счастье через всю свою жизнь, включающую в себя первую влюбленность и долгую разлуку. Их любовь действительно оказалась вечной. Как однажды сказал великий писатель всех времен А.С. Пушкин, «Любви все возрасты покорны». Именно поэтому эта история является фантастичной, ведь реальность слишком жестока по отношению ко всем влюблённым. Это касается не только подростков, но и взрослых.

Эту книгу нужно читать и перечитывать, чтобы не увязнуть в повседневных проблемах и в серой ру-



Книга полна романтики, сумасшествия и неординарности. И надо быть готовым, что в самом конце прольются слёзы от того, что сердце переполняет нежность и жалость. Порой даже приходится откладывать книгу на время, чтобы успокоиться и взять себя в руки, слишком жизненный оказывается финал, не смотря на весь романтизм, что присутствует в книге. И в такие моменты задумываешься о людях, которые несмотря ни на что находят в себе силы, чтобы бороться за себя, за свое счастье и свое будущее.

Но это история не только о настоящей любви, как упомянуто ранее, но и о верности, искренности и преданности, которых нам не хватает в современном мире. Не всем дано прожить счастливую жизнь, а тем более с одним человеком. Надо ценить каждую минуту рядом с любимым, чтобы в конце жизни не жалеть об утраченных, потерянных моментах, которые, к сожалению, уже

Аликина Полина,
КП/О ПСО-1,2-2019 БО
Павлова Кристина,



Мой колледж



КАК ПЕРЕСТАТЬ ПРОСЫПАТЬ ПЕРВЫЕ ПАРЫ?

Как перестать просыпать первые пары? Вопрос о том, как легко вставать по утрам, мучает нас на протяжении всей жизни, начиная с детского сада.

Утро. Вы слышите звон своего будильника. В голове у вас бардак, и вы не понимаете, спали ли вы вообще. Холод. Темно. Первые пары самые ужасные...

Но что, если посмотреть на это с другой стороны? Утро. На улице девственно чисто и нет ни единой души. Поверьте, это лучшее время в шумном городе. И встав с утра пораньше, вы успеете им насладиться. Так как же заставить себя проснуться?

1. Высчитайте идеальное время подъёма. Наш сон состоит из циклов. Один цикл длится от 1.5 до 2 часов. И в среднем, чтобы мы выспались, мы должны пройти 5 циклов, то есть длительность сна должна составлять примерно 7.5 часов. **НО!** Вы можете спать любое другое количество часов, кратное 1.5-2: 3-3.5, 4.5-5 часов и так далее. Помните, что главный ориентир в этом деле – это ваше самочувствие. Ну, а если вам лень высчитывать все эти циклы, в этом вам поможет калькулятор сна <https://>

2. Засыпать и просыпаться лучше всего в одно и то же время. Доказано, что лучше всего отходить ко сну до полуночи, в промежутке между десятью и одиннадцатью часами. Именно в это время работа организма начинает замедляться, и он нуждается в отдыхе.

3. Построй планы. Готовясь ко сну, прокрути в голове свой завтрашний день. Если ты с вечера знаешь, для чего тебе нужно открыть глаза и встать с постели с утра, то тебе будет куда проще осуществить свои планы.

4. Твоя музыка – твоё настроение. Составь себе свой идеальный утренний плейлист, который будет тебя заряжать энергией и помогать настроиться на предстоящий день.

5. Если ты хочешь быть бодрым, можешь сделать зарядку (если, конечно, успеваешь), тогда у тебя с самого утра появится ощущение, что ты уже сделал что-то полезное, и желание НЕ пойти на пары куда-то само улетучится!

6. Готовь всё с вечера. Родители всегда нам говорили, чтобы мы приготовили одежду с вечера. И ведь они были правы! Выбрав одежду с вечера, мы хоть немного, но экономим время с утра.

7. Также это касается и завтрака. Побалуй себя и приготовь завтрак с вечера, чтобы проснувшись, тебе хотелось быстрее встать и съесть эту вкуснятину.

8. Откройся новым эмоциям и открытиям. Представляй, что каждый день – это новая возможность. Возможность стать лучше, воз-



Старков Иван, КП/О ИСП-3,4-2019 БО

Носкова Вероника, КП/О ИСП-1,2-2019 БО

Никитина Анастасия, КП/О ПСО-1,2-2019 БО



Мой колледж

ПЯТНИЦА 13: СТОИТ ЛИ БОЯТЬСЯ?

Пятница 13 - крайне своеобразный день. Для одних – это обычная дата, а для других - фобия. Около 21 миллиона человек боятся пятницы 13, потому что уверены в том, что этот день приносит кучу неудач. Люди пытаются не назначать встречи на этот день, а некоторые даже не выходят из дома.

Вот несколько советов для тех, кто боится данной даты:

1) Психологи предлагают сделать оберег, который спасёт вас от этого несчастливого дня. Очень важно, чтобы оберег был сделан собственноручно, а не приобретён в магазине. Так у вас будет большая уверенность в том, что он работает.

2) вспомните, что есть по крайней мере восемь дней, которые более неудачны, чем пятница 13-ое, например, 14 апреля - крушение Титаника (1912) или 6-е августа - 4 800 человек погибли в результате тайфуна, обрушившегося на побережье Маньчжурии в северо-восточной Азии (1951).



3) Интересный способ предлагает американский психотерапевт Доналд Доссей: несколько раз подряд и без запинки произнести «параскаведекатриафобия» (название данной фобии).

4) вспомните, что неудачи не всегда на 100% плохи. Например, 13 января 1989 года вирус «Пятница 13-е» привел в негодность сотни компьютеров в Великобритании, посеяв глобальную панику. Зато после этой атаки антивирусная индустрия начала двигаться вперед.

5) Многие астрологи считают, что пятница - один из самых удачных дней недели. Не забывайте об этом!

6) В Китае число 13 считается счастливым. Попробуйте на 24 часа поверить в это!

7) Оставайтесь в этот день дома и займитесь тем, что вы больше всего любите. Выпейте чай, почитайте люби-

Продолжение на стр. 8



Мой колледж



ПЯТНИЦА 13: СТОИТ ЛИ БОЯТЬСЯ?

8) Или же наоборот, весь день проведите на улице и удостоверьтесь в том, что неудачи не будут преследовать вас в этот день.

9) Не забывайте, что многие наши страхи и фобии - это всего лишь выдумка. Люди часто накручивают себя по какой-либо причине, приходя к отрицательным идеям и мыслям, которые в итоге формируют наши главные страхи. Попробуйте убедить себя в этом.

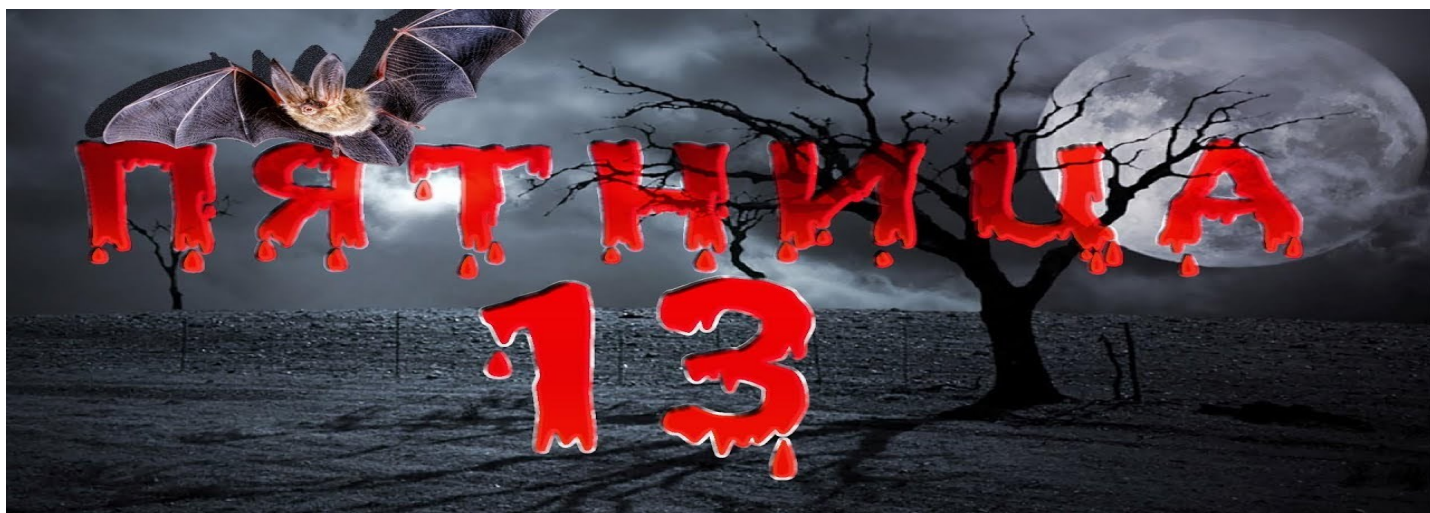
10) Психологи так же предлагают вам помыть полы, прибраться в шкафу, помыть посуду. В общем, заняться повседневными делами, чтобы отвлечься от этой даты или совершенно забыть про неё.

11) Выучите песни или считалочки, которые были созданы специально для пятницы 13. Их нужно читать тогда, когда вы чувствуете страх. Обычно их читают родители своим детям, чтобы у них в будущем не было предубеждений, связанных с этой датой.

12) Проведите весь день с музыкой. Всем известно, что любимая музыка улучшает кровообращение и настраивает поток мыслей на положительный лад. Для усиления эффекта можно станцевать.

13) Напоследок хотелось бы сказать, что учеными и историками не было доказано, что пятница 13 приносит несчастья. Существуют лишь догадки. Такой вывод был сделан лишь по причине того, что пятница 13 приносила несчастья чаще, чем остальные даты. Например, среда 15 отстала всего на одно плохое событие в Российской истории.

Не относитесь к этому дню слишком серьёзно. Дни не бывают несчастливими. Всё в ваших руках!





Мой колледж

САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ ПРОФЕССИИ 2020

1. Профессии в сфере IT-технологий. Среди специалистов IT-профиля рынок труда будет больше всего нуждаться в мастерах по таргетированной и контекстной рекламе, e-mail-маркетологах, SMM- и SEO-специалистах, программистах, разработчиках мобильных приложений, высококвалифицированных инженерах.

2. Врачи и медработники. Среди популярных в медицинской сфере являются инфекционисты, фтизиатры, хирурги-онкологи, врачи-косметологи, гинекологи, эндокринологи.



3. Специалисты в сфере инженерии и архитектуры. Здесь фокус больше сместится на специалистов, ориентированных на биохимические, высокотехнологические и нанотехнологии, робототехнику и мехатронику.

4. Менеджеры по продажам. Один из ярких примеров – это продающий контент на мобильных устройствах. Компании-производители цифровых программ в данном случае нуждаются в специалистах, глубоко понимающих преимущества и особенности мобильной рекламы.

5. Креативные дизайнеры. Особенно в сфере разработки новых гаджетов, бытовых и промышленных приборов, автомобилей и других предметов потребления.



Продолжение на стр. 8



Мой колледж

САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ ПРОФЕССИИ 2020

6. Преподаватели. В 2020 году с уходом многих учебных заведений на онлайн-обучение, привычная профессия преподавателя трансформируется в ментора или персонального коуча.

7. Менеджеры высшего звена. Особенно нужны будут люди, которые в условиях трансформации бизнеса в 2020 году будут глобально мыслить и принимать долгосрочные решения.

8. Аналитики. Согласно докладу экономистов, аналитические оценки данных станут основой стратегического развития в



9. Бухгалтеры и аудиторы. В повышении престижа профессии бухгалтера заинтересованы многие – собственники бизнеса, менеджеры, сами бухгалтеры, аудиторы, и, в конечном итоге, государство.

10. Менеджеры по персоналу, тренеры и коучи. Уже сегодня 65% опрошенных руководителей компаний заявили, что они активно инвестируют в перепрофилирование своих сотрудников. Именно поэтому сотрудники в сфере человеческих ресурсов будут заниматься не столько подбором кадров, сколько их активным обучением.

Кристина Терешкова, Дарья Назарова,
КП/О ПСО-1,2-2019 БО

Студенческая газета Колледжа Профессионального Образования ПГНИУ

Ответственный за выпуск: Власова И.В.

Выпуск подготовили: Зайцева Карина, Гилева Юлия, Шестакова Анна, Козлова Валентина, Аликина Полина, Павлова Кристина, Старков Иван, Носкова Вероника, Никитина Анастасия, Лукина Виктория, Кристина Терешкова, Дарья Назарова.