

Чем  
занимается  
студсовет?



Стр. 3

Студенты  
Мариуполя:  
школа жизни



Стр. 4-5

Спасти  
чужую  
жизнь



Стр. 9

# УНИВЕРСИТЕТСКИЙ ОБОЗРЕВАТЕЛЬ



ГАЗЕТА ЛЕНИНГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА

№5(86) МАЙ 2022 ГОДА

**30** апреля завершился кейс-чемпионат от коммуникационного агентства FPR, в котором приняли участие 23 команды, но лишь 5 из них прошли в финал, в том числе коллектив студентов нашего университета «PRожектор».



## «PRожектор» из ЛГУ светит ярко!

Чемпионат проходил в два этапа. Первый (онлайн) включал в себя подготовку решения самого кейса. На втором этапе состоялась очная защита проекта, которая проходила в библиотеке им. Н.В. Гоголя.

Своими впечатлениями от участия в чемпионате поделились члены команды — студенты 3-го курса филологического факультета.



**Лев КИЗИКОВ:**

— Как проходила подготовка к конкурсу?

— Подготовка была сравнительно долгой, в меру тяжелой.

Однако сразу после изучения задания и определения целей, мы договорились максимально эффективно распределить поставленные задачи между членами команды. Разобрав наши полномочия и обязанности в проекте, мы начали работу. Перио-

дически, раз в два дня, созванивались удаленно, чтобы вместе принимать важные решения. Ответственность за организацию нашей работы лежала на плечах Полины Волковой, и она отлично с этим справилась.

— Расскажи про соперников. Понравилось тебе их работы?

— После личного общения с соперниками на финальном этапе могу сказать, что прекрасно понимаю, почему именно они прошли вместе с нами. У ребят из других команд были свои очень сильные стороны, из которых каждый извлекал максимальную выгоду. Слушая выступления конкурентов, нам удалось получить много новой информации и несколько идей в свою копилку. Приятно сознавать, что наши соперники ничем нам не уступали. Именно такая здоровая конкуренция делает возможным развитие личных качеств. Другими словами, я под большим впечатлением от таланта наших коллег!

— По каким критериям оценивали работы конкурсантов?

— Честно, мне не удалось заглянуть в листок жюри с критериями. Однако больше всего они обращали внимание на предоставление цифровой статистики, ответы на вопросы и уровень речи во время защиты проекта. Из их личных пометок перед оглашением результатов стало ясно, где именно мы могли улучшить презентацию нашего проекта.

— Расскажи, как обстояли дела с организацией конкурса?

— Организован конкурс был очень профессионально. Мне доводилось бывать на схожих мероприятиях и хочется лишь выразить благодарность агентству FPR и библиотеке им. Н.В. Гоголя. Нас познакомили с жюри и руководством, провели экскурсию по библиотеке, а после защиты проектов вкусно угостили. Пожалуй, кофе-брейк запомнился мне больше всего.

(Окончание см. на стр. 2)

# «Рожектор» из ЛГУ светит ярко!



*(Окончание. Начало см. на стр. 1)*

Также нам подарили тематические презенты и кучу приятных эмоций.

В целом, было сделано все, чтобы мы могли прочувствовать масштаб мероприятия.

— Было ли волнение перед выступлением? Как вы справлялись?

— Волнение, конечно, было. Страх сцены сильно давил, но благодаря взаимной поддержке мы смогли справиться. В выступлении все равно были ошибки, но я рад, что мы прошли через это. Одно ясно: в следующий раз на подобных выступлениях нам точно будет проще. Это была хорошая закладка для каждого из нас.



**Полина ВОЛКОВА:**

— Как ты узнала о конкурсе?

— Когда я составляла резюме для прохождения практики, то поняла одну вещь: все, что у меня есть, — это теоретические знания. Работодателю они неинтересны, поэтому я начала активный поиск возможностей по наполнению резюме. Совершенно случайно я наткнулась на таргетированную рекламу кейс-чемпионата среди студентов вузов от коммуникационного агентства FPR.

Разумеется, я перешла по ссылке, узнала подробности и поняла, что это намного реальнее, чем мне раньше казалось. Было чувство, что если я упущу момент, буду жалеть. Сейчас понимаю, что это действительно так.

— Работа в команде — это трудно или нет? Почему?

— Трудно поначалу, особенно если люди тебе мало знакомы. У нас же все было иначе. Моя команда состояла из людей, которым я очень доверяю и прислушиваюсь к их мнению. Это мои друзья и однокурсники: Екатерина Руденко, Лев Кизиков и Анатолий Антропов.

На подготовку кейса у нас было всего две недели, и совместно мы приняли решение: как можно чаще связываться дистанционно.

Наши обсуждения в Zoom порой затягивались не на один час. За это время



мы обговаривали решения возможных проблем, придумывали интересные ходы для продвижения и составляли единую концепцию нашей идеи, от которой зависел весь вектор работы. Аналитика, SMM, дизайнерские решения и др. — мы делили части работы между собой, чтобы потом обговорить и составить единое мнение. Думаю, это и есть причина, по которой мы сработались. Все выкладывались полностью, отдавали чемпионату силы и время.

— Какой проект вы представляли на конкурсе?

— Суть кейс-чемпионата была в создании SMM-стратегии для библиотеки имени Н.В. Гоголя. Мы подготовили развернутую презентацию в 50 слайдов. К большинству из них был прикреплен свой документ с информацией в развернутом виде. За короткий срок мы проделали огромную работу, и я ей очень горжусь.

— Какие впечатления у тебя остались от мероприятия?

— Невероятные. Я впервые вышла за пределы университета. Было здорово познакомиться с профессионалами своего дела и понаблюдать за их работой. Также я осознала, как важна команда. Это не только делегирование обязанностей, но и поддержка на протяжении всего пути. Команда — настоящий механизм; если все детали равноценны и дополняют друг друга, он обязательно заработает.

— Было ли волнение перед вашим выступлением? Как вы справлялись?

— Куда же без волнения? Конечно, было и довольно сильное.

Нам сообщили, какие команды проходят в следующий этап, за день до самого финала. Чуть больше 24 часов нам давалось на продумывание выступления и подготовку новой презентации с раздаточными материалами для защиты проекта. Учить слова пришлось буквально на ходу, поэтому состояние действительно было стрессовое. Особенно, когда мы пришли на место сбора и увидели уровень подготовки к мероприятию. На протяжении всего выступления мы поддерживали друг друга, подхватывали слова, подсказывали и, конечно, подбадривали. Все волнение испарилось после презентаций участников, когда был объявлен кофе-брейк. Внезапно мы поняли, что так называемые «конкуренты» на самом деле абсолютно такие же, как и мы.

Общение помогло нам почувствовать себя комфортно в новой для нас обстановке. Мы искренне радовались за других и за себя, ведь наши старания полностью окупались эмоциями, опытом и, конечно, памятными призами.

*Екатерина Закутайло,  
студентка 2-го курса  
филологического ф-та*

# Добыть скамейки и починить розетки

## Чем на самом деле занимается студсовет?



**СТУДЕНЧЕСКАЯ  
ЖИЗНЬ**

**30** апреля состоялось заседание студенческого совета, в ходе которого был избран новый руководящий состав. Председателем избрана студентка 2-го курса факультета иностранных языков Елена Полякова, заместителем председателя стал Даниил Пелогейко (1-й курс факультета иностранных языков), а секретарем — Сергей Васильев (1-й курс экономического факультета). Мы встретились с новым руководителем студсовета и поговорили о планах на будущее.

— Елена, почему ты решила вступить в студсовет?

— Если честно, меня Даня Пелогейко уговорил *(смеется)*. А потом выяснилось, что я была единственной, кто захотел взять на себя такую большую ответственность. Я очень люблю наш университет и вижу, что у нас много возможностей для развития. У меня есть опыт и желание, это то дело, которым я горю и которым хочу заниматься.

— По твоему мнению, что самое выдающееся сделал студсовет?

— Два года назад совет организовал сбор подписей студентов за то, чтобы привести в порядок нашу парковку. В итоге она отремонтирована. Очень интересным мероприятием является творческий вечер. Студенты собираются и проявляют себя в уютной атмосфере. Нет каких-то жестких требований и призовых мест. Получается очень душевно и мило. Из последних дел: мы организовали точку буккроссинга (мини-библиотека, где каждый может взять книгу или оставить свою).

— Как ты хочешь изменить студсовет?



— Раньше ответственность за многое лежала на плечах председателя. Сейчас я пытаюсь ввести систему, чтобы за каждое мероприятие был какой-то ответственный, причем каждый раз — новый. Это нужно, чтобы никто в нашем коллективе не выгорал. Я, Даня и Сережа всем максимально помогаем и участвуем во всем как равноправные члены совета и организаторы. Зачем это нужно ребятам? Чтобы они учились брать ответственность и организовывать, коммуницировать, чтобы развивали свои компетенции. Я считаю, что это один из важных плюсов участия в студсовете. Еще мы стараемся чаще организовывать неформальные встречи для членов совета. Ребята должны не только придумывать интересные мероприятия для других, но веселиться и развлекаться сами.

— В чем заключается главная проблема студсовета?

— Самая главная проблема совета и вообще ЛГУ — донесение инфор-

мации. Часто о наших мероприятиях просто не знают. Мы сейчас пытаемся что-то с этим делать, пробуем использовать различные каналы донесения информации.

— Ты выполняешь обязанности председателя уже около месяца. Как ощущения?

— Я не жалею об этом, но мне тяжело. Времени мало на что хватает. У меня много обязанностей, появилась жуткая многозадачность, меньше сил остается на учебу. Каждое утро начинается с того, что я отвечаю на 30 сообщений в ВК.

Но я очень рада, что другие участники студсовета мне помогают, пусть они тоже устали под конец года. В следующем учебном году пройдет новый набор в студсовет, и мы будем отмечать 30-летие ЛГУ. Работы предстоит много.

*Антон Сеницын,  
студент 1-го курса  
филологического ф-та.  
Фото Елены Матасовой*

# Студенты Мариуполя: школа жизни

**В** мае текущего года в ЛГУ им. А.С. Пушкина были зачислены студенты-беженцы, покинувшие территорию Мариуполя, находящегося в зоне боевых действий. Один из них — Валентин Техмановский, ему 19 лет. От нас его отличает разве что украинский говор. Валентин теперь живет в общежитии, он уже побывал на парах в университете.

## НАКАНУНЕ

— Валентин, расскажи немного о себе.

— Я самый обычный человек, студент. Учился в одном из университетов Мариуполя на учителя истории, подрабатывал. В Мариуполе я родился, прожил всю жизнь, в этом городе проживает и моя семья. Жизнь была спокойной вплоть до 2014 года, когда Крым вернулся в состав России. С тех пор каждый день по телевизору, по радио нам говорили о том, что Россия — это агрессор, много обсуждались боевые действия в селе Дебальцево, которое сильно пострадало в 2014 году, обсуждался конфликт в донецком аэропорту. Мы читали новости о том, что в Крыму после присоединения к России уровень жизни стал хуже, как и в Донецке и ЛНР, — нет работы, жить тоже негде. Если говорить про информационную повестку, то она не менялась с того времени. Как нам объясняли СМИ, в Крым заехали «русские зеленые человечки», а потом начались боевые действия в ДНР и ЛНР. Единственное, что изменилось с 2014 года, так это увеличение «дней тишины».

— Что происходило с тобой 24 февраля?

— Я проснулся от звонка друга, который жил под Киевом, ближе к границе Белоруссии, он сказал, что началась война и что у них слышны взрывы. Уже 7 марта мы начинаем видеть над городом много самолетов, а вскоре пострадала и главная электролиния. Пропадает свет, информация доходит в виде слухов. В какой-то момент жители Мариуполя перестали понимать, с какой стороны летят ракеты, потому что многие из них стреляют с дальностью 30 км: то ли это снаряды украинских, то ли российских военных. Мы сами начали подсчитывать, откуда что прилетело: вот, например, со-

седский дом разрушил снаряд. Если бы он летел из России, то пробил бы дом, но дом остался цел, потому что снаряд чуть-чуть до него не долетел. Значит стреляли украинцы. Все стали чуть-чуть экспертами.

## ПОД ОБСТРЕЛАМИ

— Когда тебя эвакуировали?

— Моя эвакуация началась 3 апреля.

— Получается, ты почти месяц жил под обстрелами. Твоя семья пряталась в подвалах?

— Нет, наша семья жила в доме. Мы смирились — что будет, то будет. Кто-то прятался в подвале драмтеатра в самом центре города, кто-то — в подвалах магазинов, а кто-то — в подвалах заводов, например, «Азовстали», в которых нет ни связи, ни интернета.

Основная сложность жизни под обстрелами — это отсутствие воды. Сначала боялись, потом смирились. За водой ходили в момент затишья, а потом у одного колодца, где я с соседями набирал воду, встали украинские военные, сказали, что воды в этом колодце больше нет: возможно, нас так «выкуривали» из Мариуполя, возможно, вода была нужна украинским войскам.

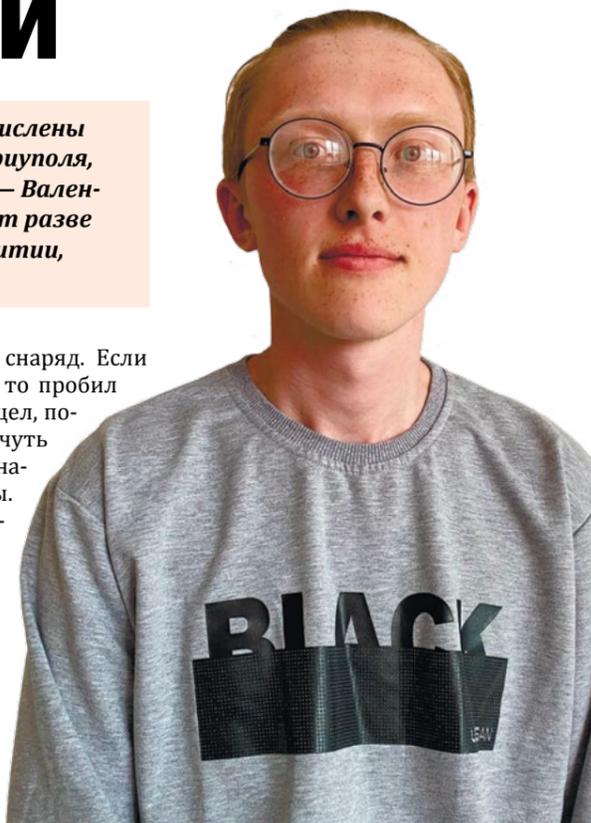
— Кто в семье бегал за водой?

— Я. Наша семья состоит из бабушки, сестры моей бабушки, которая имеет инвалидность, моей младшей сестры и меня. Кто же еще, кроме меня, побежит за водой? Когда доступ к колодцу был закрыт, пришлось искать другие источники. В момент перестрелки украинских и российских военных я с соседом ехал с бидонами

и баклажками для воды на велосипеде. Там и пули свистят, и взрывы гранат слышны рядом, а воду нужно привезти домой. Без воды долго не проживешь.

Нас спасла запасливость бабушки. У нее с 90-х годов была привычка хранить продукты впрок. В доме было много засолок, консервированных компотов, за счет которых мы экономили на воде, картошки было несколько мешков. Вода была нужна для приготовления еды и мытья посуды. Бабушкина привычка покупать про запас спасла нас от голода. Некоторым жителям Мариуполя настолько было нечего есть, что они занимались мародерством, обнося продуктовые магазины. Такое мародерство еще можно понять: нужно кормить детей, денег нет, магазины закрыты. А есть и другой вид мародерства — мариупольцы, которые обогащаются тем, что снимают с трупов золотые украшения, а потом перепродают или хранят как трофеи, хвастаются золотом.

Жить было страшно не только из-за обстрелов, отсутствия еды, воды и мародерства. Местные власти принимали странные решения, напри-



Мариуполь сегодня.  
Фото: radiosputnik.ria.ru



мер, выпустили на волю преступниц из женской колонии. Где они, что с ними, чем они занимаются — никому не известно.

Все боялись «комендантского часа» — после наступления определенного времени и до утра нельзя было выходить на улицу и уж тем более без документов. Если ты выходишь на улицу в «комендантский час» без документов, ты не выживешь. Так, военные разведывали шпионов, которые выискивали боевые точки противника. Была ситуация: мужчина вышел в «комендантский час» на улицу без паспорта, но с просроченным пропуском завода. Его остановили военные — кто такие, непонятно, но они имели оружие. Начали задавать вопросы, на которые мужчина должным образом не ответил. В таких ситуациях либо расстреливают, либо пытаются, что тоже является нормальной практикой. Долгое время «виновный» только извиняется и ничего больше не может сказать. Его избивают.

## ЭВАКУАЦИЯ

Наш разговор прервал телефонный звонок. Валентину позвонил парень, который вместе с ним приехал из Мариуполя в Пушкин, поступив в ЛГУ. За все интервью он ни разу не называет обстрелы Мариуполя войной, специальной военной операцией, геноцидом. «Эта ситуация» — такая вот характеристика происходящего. Называть происходящее войной, по-

лагаю, ему очень больно. Валентин месяц прожил с постоянным страхом смерти, за психологической помощью при этом не обращался. Окна комнаты общежития выходят в сторону аэропорта «Пулково», в небе часто можно заметить самолеты. Валентин признался, что боится: вдруг эти самолеты будут сбрасывать снаряды, как это было в Мариуполе. Иногда юноша вздрагивает, если дверь в комнату закрывается резко и громко.

— Как происходила эвакуация? Вы бежали по «зеленым коридорам»?

— Нет. Нам в один прекрасный день военные с белыми повязками дали 30 минут, чтобы эвакуироваться, потому что скоро здесь будет артобстрел. Естественно, за полчаса никто не эвакуировался, но где-то через час нас начали развозить по населенным пунктам. Что это были за военные с белыми повязками, мы не знаем, но эвакуировали нас российские военные. Украинские военные «забили» на удаленные от зеленых коридоров части города: мол, зеленый коридор есть, никто под обстрелами на эвакуацию не пришел, значит город пустой.

Вещи нашей семьи были собраны заранее. Так получилось, что за день до эвакуации в наш дом прилетели два снаряда, ночевали мы у соседей. Во время эвакуации сначала вывезли женщин и детей на «тягачах», потом уже мужчин. Из-за «перенаселенности» беженцев семью разделили на один день. Было острое ощущение,

что нас разделили, чтобы расстрелять: такого мы слышали от наших украинских вещателей. Дня через три к нам пришло спокойствие: семья вновь воссоединилась в другом населенном пункте. Тревожно становилось только в момент движений самолетов в небе. В Таганроге началось распределение по городам России.

— Что происходило в Таганроге?

— Нам выделили душ! Полтора месяца мариупольцы не мылись. Никогда бы не подумал, что буду так сильно радоваться душе. Нам выдали зубные щетки, мыло. Кормили вкусно, три раза в день. Потом началось распределение по городам. Предлагали программу заселения на Дальний Восток — она выглядела слишком заманчиво, поэтому многие отказывались. Соцзащита обещала переселенцам вглубь России субсидию на строительство дома и 170 тысяч «подъемных» денег. В итоге мы получили по 5 тысяч рублей подъемных и поехали в Ленинградскую область, в Тихвин. В Тихвине мы прошли полное медицинское обследование.

— Ты планируешь вернуться в Мариуполь, если твой приезд в город будет безопасным?

— Конечно, я бы вернулся в Мариуполь через три-четыре года, чтобы посмотреть, как преобразился город, в котором я прожил почти 20 лет своей жизни!

Анастасия Черникова,  
студентка 1-го курса  
филологического ф-та

# Как живет студенту по обмену?



ОБУЧЕНИЕ  
ЗА РУБЕЖОМ

**О**бучение в зарубежном вузе — мечта многих. Пребывание за границей дает уникальную возможность познакомиться с ребятами из других стран, прокачать уровень иностранного языка и получить незабываемые впечатления. Виктория Бартенева, студентка 4-го курса факультета иностранных языков, рассказала нам о том, как она поступила в европейский университет и как ей живется в Италии.

— Расскажи, как ты поступила в иностранный вуз и в чем особенность обучения за рубежом?

— Я учусь в Университете Бергамо (Università di Bergamo) в Италии. Давно интересовалась программой учебного обмена студентов. Обратилась в международный отдел и узнала, что студенты нашего университета участвуют в академической мобильности (обучении по обмену) в рамках программы Erasmus. Когда открыли прием заявок, подала документы и прошла отбор. Оплату за учебу берет на себя Евросоюз, т. е. независимо от страны пребывания за учебу вы не платите. Главное отличие обучения заключается в возможности самостоятельно управлять образовательным курсом, исходя из своих предпочтений. Так, например, обучаясь с другими студентами на одном направлении, вы можете по своему усмотрению выбрать разные предметы для более глубокого изучения. Также доступно изучение языков с упором на различные сферы: культуру, туризм, историю и т. д.

Интересным образом проходит и сдача экзаменов. Вы можете проверить свои силы несколько раз. В моем университете на это дается три дня (по одному в каждом из летних месяцев) и, соответственно, три попытки. В случае неудачи вы можете прийти в следующем месяце. Если уж и там не повезет — вас ждут на пересдачу в сентябре. На мой взгляд, это значительно снижает уровень стресса и упрощает сессию. Я учусь здесь уже четыре месяца, осталось совсем чуть-чуть.



— Какие предметы изучаешь? Много ли времени уходит на учебу?

— На учебу уходит очень много времени. Фактически я обучаюсь в двух вузах сразу, в ЛГУ и Университете Бергамо. Здесь я изучаю английский, немецкий, итальянский. Также осваиваю лингвистику и технологии преподавания.

— С какими трудностями пришлось столкнуться при переезде в другую страну?

— Шанс обучаться здесь очно был минимален. Я даже не думала, что мне предоставится такая возможность. Бергамо во время пандемии одним из первых стал «красной» зоной. Я не исключала того, что придется учиться дистанционно, не рассчитывала уехать. Многие, понимая это, даже не подавали заявки на программу, так как онлайн-обучение менее продуктивно. То, что я сейчас в Италии, — большая удача, которой я безумно рада.

— Как ты проводишь свободное время? Чем занимаешься кроме учебы? Где успела побывать и куда только собираешься?

— Скучать не приходится! Я работаю онлайн, посещаю различные мероприятия, которые организует ESN-сообщество (Erasmus Student Network — сообщество в Европе, которое проводит различные мероприятия для студентов по программе Erasmus). Экскурсии в другие города, тематические вечеринки, пикники,

спортивные мероприятия — все это стоит совсем недорого. Также я успела посетить Милан, Рим, Ватикан, Венецию, Верону, Геную, Кьявари, Лаванью.

— Дорого ли обходится студенческая жизнь в Италии?

— Обычно студенты снимают себе жилье. С этим мне помог университет. Сейчас я живу в удобной квартире неподалеку от вуза. Жить в Италии дороже, чем в России. Однако у всех разный достаток, и каждый по-своему распоряжается финансами. Сложно точно сказать, в месяц выходит в среднем от 500 до 1000 евро.

— Я смотрела твои влоги на YouTube. Расскажи, что тебя подтолкнуло на ведение блога?

— Я была под огромным впечатлением. Мне хотелось снимать все вокруг, чтобы потом пересматривать, вспоминать и переживать эти эмоции снова и снова. Изначально это было для себя. Я не ожидала, что мне начнут писать люди, говорить о том, что их это вдохновляет. Обратная связь мотивирует снимать как можно больше. Теперь это неотъемлемая часть моей истории в Италии.

Галина Шарая,  
студентка 2-го курса  
филологического ф-та

# Вперед, вожатый!



**«Вожатый»** — с этим словом у нас ассоциируется беззаботное время, игры, посиделки у костра и веселые дискотеки по вечерам. Время идет, мы вырастаем, но возможность посетить детский лагерь по-прежнему остается. Если раньше ребята из ЛГУ им. А.С. Пушкина приезжали на летние смены, чтобы отдохнуть и задорно провести каникулы, то сегодня бойцы студенческого педагогического отряда «Счастье» на ежегодном методическом выезде учатся дарить незабываемые эмоции детям на предстоящих летних сменах.



Никита КЛОЧКО, студент 4-го курса факультета истории и социальных наук, рассказал о том, как стать вожатым:

— Для начала вам необходимо выбрать студенческий отряд, в состав которого вы бы хотели попасть. Далее нужно дождаться объявления о наборе, заполнить заявку и прийти на первое собрание. После встречи у новобранцев начинается активная отрядная жизнь: посещение различных мероприятий и сборов. Весной проходит обучение в школе вожатского мастерства. На этих занятиях ребята знакомятся с теоретическими основами работы, они разбирают темы, начиная от психологии и педагогики и заканчивая структурой лагеря и нормативными документами российских студенческих отрядов. После прохождения каждого теоретического блока ребята пишут тест. В конце обучения необходимо пройти еще один, уже итоговый тест, на основании которого вам могут вручить сертификат. Также необходимо посетить методический выезд.

Методический выезд педагогов — это ежегодное традиционное мероприятие для студенческих педагогических отрядов Ленинградской области, которое является обязательной практикой в ходе обучения. 8 мая ребята из СПО «Счастье» отправились в лагерь «Серебряный ключ», где им предстоит провести несколько летних смен. На мероприятии будущие

вожатые прошли инструктаж по работе в детском учреждении, приняли участие в экскурсии по территории, познакомиться с администрацией, узнали распорядок дня и провели субботник. Насыщенный день закончился атмосферным отдыхом и играми на сплочение коллектива.

Участники методического выезда поделились своими эмоциями и рассказали, как все происходило наяву.

Лиза НЕКРАШЕНКО, студентка 2-го курса филологического ф-та:

— Мне очень понравился выезд. Кажется, он еще крепче сплотил наш отряд, мы с ребятами стали ближе и теперь точно готовы работать вместе на летней смене! Сложно сказать, что мне понравилось больше всего. На субботнике я почувствовала, что, объединившись всем коллективом, мы можем многое. Мы очень быстро убрали территорию, несмотря на дождь и град. Во время работы успевали не только наводить порядок, но и немного подучиться, послушать любимую музыку. Позже все отправились на обед, который оказался очень вкусным. После этого выезда страхов перед рабочей летней сменой стало меньше. Работники лагеря сумели расположить к себе, наши ребята тоже достойно себя зарекомендовали. Теперь мы готовы работать!

Кристина Роговая, студентка 1-го курса факультета психологии:

— Для меня это был новый и непредсказуемый опыт. Приятных вос-

поминаний после выезда осталось больше, чем стресса. Когда мы приехали, заместитель по воспитательной работе и начальник «Серебряного ключа» провели ознакомительную беседу, на которой осветили распорядок дня и устав лагеря. Персонал охотно отвечал на все наши вопросы и оказал эмоциональную поддержку. Нам провели тренинг по актерскому мастерству, после которого я стала чувствовать себя свободнее. Выезд закончился песнями под гитару и теплым чаем. В целом, от выезда осталось много приятных воспоминаний.

Никита КЛОЧКО:

— Мероприятие мне понравилось. Это была еще одна возможность узнать ребят из своего отряда поближе. Мы отвлеклись от будничной, учебной суеты и провели время с пользой для себя и окружающих. Я прекрасно отдохнул, получил новые знания, которые обязательно пригодятся мне летом на смене. Теперь я уверен в том, что мы точно готовы к работе в лагере.

Тамара БЕРЕЗУН, студентка 4-го курса факультета математики и информатики:

— Наши ребята прошли инструктаж, посмотрели территорию, провели субботник. В конце дня все заслужили отдых с музыкой. Град и дождь не стали нам помехой, чтобы отлично провести время.

Анастасия Матвеева,  
студентка 2-го курса  
филологического ф-та



## Полезная «Контрольная закупка»

**С**туденческие годы — начало самостоятельной жизни. Многие молодые люди поступают в университеты больших городов, начинают жить без родителей. Кто-то переезжает в общежитие, кто-то снимает квартиру. Взрослая жизнь — это не только вседозволенность и развлечения. В первую очередь это умение правильно распределять свой месячный бюджет. Очень часто студенты начинают забывать, как правильно питаться, экономить на продуктах. А именно здоровая пища формирует иммунитет, поддерживает физическое здоровье.

В ЛГУ им. А.С. Пушкина был проведен опрос на тему «Контрольная закупка». Студенты отвечали на вопросы, что именно они покупают и сколько тратят на это денежных средств. Вот какие результаты были получены в итоге.

Из 30 опрошенных студентов 57,6% тратят на еду в месяц менее 10 000 рублей, 25,2% — больше. Остальные 17,2% утверждают, что на продукты в магазинах тратят примерно эту сумму. Стоит учесть тот факт, что средний чек в магазинах с учетом действующих цен составляет примерно 700–800 рублей. Основными магазинами для закупок наших студентов являются «Пятерочка» и «Реал» (примерно 20% всех опрошенных). Далее в рейтинге идут «Магнит», «Ашан», «Лента». Все эти магазины предлагают постоянные скидки и акции на продукты «первой необходимости», свои бонусные системы.

Однако не всегда качество продуктов соответствует ценам.

Когда наши студенты попадают в магазины, то отдают предпочтение мясу и курице (примерно 90% всех опрошенных). Полуфабрикаты расположились на втором месте. Овощи и фрукты — на третьем. И это при том, что на сайте Всемирной организации здравоохранения опубликована информация, что именно овощи и фрукты должны входить в постоянный рацион питания взрослого человека. Они содержат больше всего витаминов, которые важны нашему организму для профилактики заболеваний. Но в то же время овощи и фрукты дорого стоят. В опросе треть всех студентов ответили, что именно на «продукты с витаминами» они тратят больше всего денежных средств. Слишком дорогими студенты видят еще и молочные продукты, мясо, хлебобулочные изделия и сладости.

На вопрос «Довольны ли вы тем, чем питаетесь?» 89% опрошенных честно признались, что им не нравится их питание. Тому есть много причин. Во-первых, конечно, это повышение цен на продукты в магазинах. У студентов не так много денег, чтобы покупать себе еду, на которую ценник вырос на 5–10%. Поэтому они начинают искать более дешевую альтернативу, чей состав полезных веществ намного хуже. Во-вторых, студентам часто лень готовить хорошую еду. И это тоже связано с большой загруженностью и отсутствием свободного времени. Поэтому на помощь

приходят замороженные полуфабрикаты, товары быстрого приготовления и фастфуд.

Свои советы по питанию и экономии на продуктах дали студенты и выпускники ЛГУ.

**Кирилл Штатнов (студент 2-го курса факультета математики и информатики):**

— У студентов всегда мало денег. Поэтому нужно питаться как можно более экономично. Рисовая крупа — очень полезная и недорогая еда. Она подойдет для всех, даже для людей с большим желудком. В ней много витаминов группы В, которые хорошо помогают нервной системе. Полноценный здоровый рацион можно составить из куриной грудки, мяса, яблок, свеклы, капусты.

**Реяна Асанова (студентка 2-го курса филологического факультета):**

— Лично я могу выделить такую базу, которая нужна каждому студенту: сливочное масло, хороший хлеб, сыр, творог, сметана, йогурты, рыба. Там много разных витаминов.

**Анна Бурова (выпускница факультета иностранных языков):**

— Я бы хотела посоветовать есть разные крупы. В них много полезного. Да и в целом покупка круп — большая экономия денег и времени. Много денег студенты в основном платят за полуфабрикаты и продукты быстрого приготовления.

Юрий Карамышев,  
студент 2-го курса  
филологического ф-та.  
Фото автора

# Спасти чужую жизнь

**Ж**изнь — это самое ценное, что есть у человека. Каким бы ты не был успешным и богатым, в любой момент она может оборваться. В нашем мире существует ряд заболеваний, которые почти невозможно вылечить. И небольшой шанс на выздоровление порой появляется только в том случае, если найдется подходящий донор. Наш собеседник — Виктор Владимирович Андронов, почетный донор, а также обладатель рекорда России по сдаче крови за год.



— Сколько вам было лет, когда вы впервые сдали кровь? Не было страшно?

— Мне было восемнадцать лет. К нам в техникум приехала бригада врачей станции переливания крови, и нам обещали, что за сдачу крови закроют все прогулы и допустят к сессии. Так как я не очень хорошо учился, у меня не было сомнений, что мне нужно сдать кровь. Тем более, тех, кто соглашался сдать кровь, кормили обедом, а для студента это довольно-таки сильный стимул.

— Как давно вы стали почетным донором?

— Я перестал считать свои посещения донорских пунктов, когда это число стало больше восьмидесяти. Когда я начинал сдавать кровь, еще не было компьютеров, и вся статистика велась на бумагах. В тот момент, когда пришло время получить звание «Почетного донора», мне было легче начать вести мою статистику заново, нежели соби-



рать ее с бумажных источников. Сейчас как кадровый донор я могу сдать тромбоциты двенадцать раз за год. А это значит, нужно 3–4 года, чтобы стать почетным донором.

— Приятно ли быть человеком, внесенным в Книгу рекордов России?

— Если честно, я думаю, что этот рекорд нельзя считать полноценным. Я развиваю донорство костного мозга, и у нас не хватает информационных поводов. В нашей стране, к сожалению, нет рекордов в этой сфере, поэтому можно было поставить любой рекорд, даже если бы я сдал кровь всего один раз.

— В чем важность донорства костного мозга?

— По статистике, в нашей стране ежегодно десять тысяч человек заболевают лейкозом. Большая часть из них не выживет, если не найдет донора костного мозга. Это легко предотвратить, потратив 11 минут, чтобы вступить в регистр доноров.

— С какими болезнями помогает бороться здоровый костный мозг?

— Основная болезнь — это лейкоз. Есть несколько врожденных генетических заболеваний, где тоже нужен

донор костного мозга. Был официально зафиксированный случай, когда больному лейкозом в Германии делали трансплантацию костного мозга, и параллельно с лейкозом он вылезал от ВИЧ.

— С какими стереотипами о донорстве крови и костного мозга вы сталкиваетесь чаще всего?

— Про меня любят говорить, что у меня под кроватью стоят ведро с кровью и коробка с костным мозгом, а по вечерам я продаю это все иностранцам разведкам. Ах да, я еще и сам пью кровь, по слухам.

— Кому можно стать донором костного мозга?

— Если вас допустили до сдачи крови, вы можете стать и донором костного мозга, потому что две эти процедуры имеют одинаковые противопоказания. Но были случаи, когда из-за проблем с венами человек не мог стать донором крови, но в то же время являлся донором костного мозга.

Ксения Лошкарева,  
студентка 2-го курса  
филологического ф-та.  
Фото Елизаветы Емельяновой



СПОРТ

# Легкоатлеты ЛГУ на «Звездной эстафете»

**1** мая на Дворцовой площади прошла ежегодная «Звездная эстафета». В одном из самых престижных мероприятий Санкт-Петербурга по легкой атлетике приняли участие студенты ЛГУ имени А.С. Пушкина. Об истории этой эстафеты и выступлении наших ребят рассказала Светлана Васильевна Бульбанович, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта, мастер спорта России и руководитель команды ЛГУ по легкой атлетике.



— Светлана Васильевна, как вы оцениваете выступление наших студентов?

— С каждым годом команда ЛГУ выступает все лучше. В этот раз сборная завоевала бронзу в общем зачете. Как известно, мы всегда показываем достойный результат на первых двух призовых этапах. В этом году Артем Гольцрихтер и Анна Наместник завоевали серебро. Наши ребята — перспективные спортсмены, и сейчас готовятся к выступлению на Всероссийской универсиаде по легкой атлетике в Чебоксарах. Состав команды — это студенты 1–3 курсов, в ней не только легкоатлеты, но и лыжники, и пловцы. Хочется сказать спасибо студентам факультетов иностранных языков и юридического. Ребята этих факультетов всегда усиливают наш состав факультета физической культуры. Выступили мы достойно! До шестого этапа наша сборная даже опережала студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта.

— Расскажите об особенностях этой эстафеты?

— Прежде всего необходимо объяснить, почему эстафета называется «звездной». Мероприятие получило такое название, так как участники стартуют с разных концов города, подобно вершинам звезды. А финишируют все в одном месте



— в сердце Петербурга, на Дворцовой площади. Эстафета посвящена Дню Победы в Великой Отечественной войне и впервые была проведена еще в далеком 1946 году. Дистанция делится на 16 этапов, из которых 9 мужских и 7 женских. В 2022 году первый (мужской) этап был посвящен памяти выдающегося тренера И.С. Пожидаева.

— Как оцениваете организационную составляющую мероприятия?

— В этот раз все прошло намного лучше: на этапах были волонтеры, они помогали ребятам не запутаться на сложных участках эстафеты. Также в этом году выдавали воду и майки с номерами, которые спортсмены могли оставить себе на память. Главный судья Александр Садовников, как и всегда, ответственно отнесся к своим обязанностям. На финише студенты получили памятные призы: медали, купоны и буклеты. Ребята были очень довольны.

*Своими впечатлениями о прошедшей эстафете поделилась Дарья Некрасова, студентка 2-го курса факультета физической культуры.*

— Что больше всего вам запомнилось на соревнованиях?

— Первое — отсутствие дождя! Погода в этот раз порадовала. Однако главное — наша команда. В этот раз мы были неплохими соперниками!



— Есть ли у вас опыт участия в подобных соревнованиях?

— Участвую в эстафетах давно, еще со школы. Потом выступала за спортшколу, колледж, а сейчас за вуз. Бывало, что в один день бежала за две школы одновременно.

— Какие трудности у вас возникли?

— Была трудность в том, что мой этап оказался значительно длиннее, чем в прошлом году. По ощущениям вместо 330 метров пробежала 500. Конечно, было еще и волнение.

— Какие в целом у вас впечатления от участия в «Звездной эстафете»?

— Очень люблю выступать на этом мероприятии, особенно когда это проходит на Дворцовой площади. Видеть наконец-то после эпидемиологических ограничений столько зрителей было очень приятно, это всегда мотивирует.

— Как оцениваете свое выступление?

— На этот раз моя подготовка была не самой лучшей, но я старалась, выложилась на столько, на сколько могла на данный момент. Ветер был на эстафете сильный, что тоже сыграло свою роль. Но поддержка Светланы Васильевны Бульбанович и Ирины Николаевны Брусовой дорогого стоит!

*Ксения Седоусова, студентка 1-го курса филологического ф-та*

# Снова первые

**С** 6 по 8 мая в городе Видное Московской области прошел XIII чемпионат стран Восточной Европы по чирлидингу. Спортсмены боролись за призовой фонд в 250 тысяч рублей и звание лучшей команды России. Участие в чемпионате приняла и команда ЛГУ им. А.С. Пушкина. Мы пообщались с Анной Функ, студенткой 3-го курса экономического факультета, и Анастасией Ставской, студенткой 1-го курса юридического факультета. Девушки участвовали в разных категориях и смогли завоевать 1-е место в хип-хоп группе, 6-е место в джаз-группе, 10-е место во фристайл-двойке.

— Как вы пришли в чирлидинг?

**АННА:** Несмотря на то, что про чирспорт в нашем университете я узнала еще на первом курсе, на отборы в команду пришла не сразу. Причиной была травма позвоночника и долгая реабилитация. После нее мне сказали, что я никогда не вернусь в спорт! На протяжении года я наблюдала за нашей командой и грезилась, как после восстановления пойду на отборы. И вот, спустя год занятий лечебной физкультурой и восстановления, это свершилось!

**АНАСТАСИЯ:** С чирспортом познакомилась еще на летних сборах два года назад, но регулярно заниматься стала, придя в команду университета.

— Что было самым сложным?

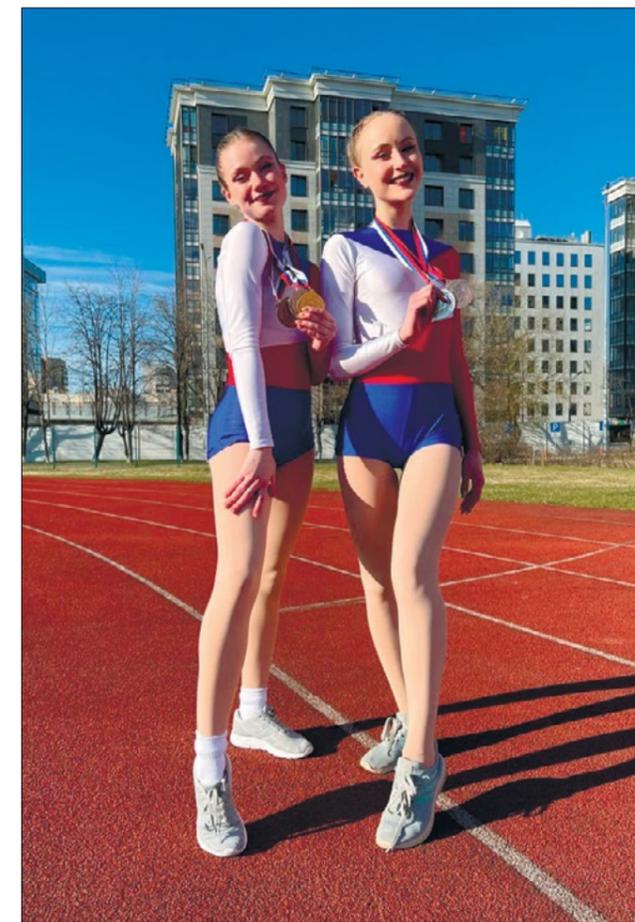
**АНАСТАСИЯ:** Тяжелее всего было ждать нашу номинацию. Произошла задержка, из-за которой наше выступление сместилось на 1,5 часа. Все это время мы сидели как на иголках.

**АННА:** Самым сложным для меня была выматывающая дорога. Ночь в поезде, с раннего утра подготовка к выступлению, целый день присутствия в спортивном комплексе, волнение, нервы и обратная дорога.

— Как вам удается совмещать тренировки и учебу?

**АНАСТАСИЯ:** В приоритете всегда была учеба. Но когда решили делать двойку, буквально забыла о ней. Каждый день после пар, а иногда и во время них, тренировались с Аней. А перед соревнованиями стали проводить в зале еще больше времени.

**АННА:** Раньше совмещать было несложно — я выступала только в командных номинациях. Но с этого года пришлось нелегко. Количество тренировок увеличилось, когда я начала выступать в двойке с Анастасией. После общих тренировок мы каждый день собирались в танцевальном зале, репетировали номер, исправляли ошибки, усложняли программу. Всего за месяц мы с ней уже составили номер. Этот процесс мог занять намного больше времени,



если бы не наше упорство и каждодневные тренировки! Шутили, что мы с Анастасией «больные» на голову и «зависимые» от спорта. Действительно, кроме как одержимостью, это не назовешь. Кто еще добровольно будет тренироваться по 5–6, а иногда и по 7 часов в зале?

— В чем для вас заключается командный дух? Какова главная мотивация?

**АНАСТАСИЯ:** Для меня командный дух — выкладываться на все 100%. При этом важна обратная связь. Когда девочки, которые ставят программу, отмечают твои успехи, появляется огромная мотивация работать. Главным двигателем является желание выступать лучше и лучше, показывать свой максимум, чтобы все окружающие смотрели на нас и думали: «Мы хотим быть как эти девчонки».

**АННА:** Команда для меня — это когда один за всех и все за одного. Когда все ценят время и силы, вложенные в тренировки. Тогда происходит обмен невероятной энергией, а выступления получаются артистичные и эмоциональные. И не могу не упомянуть мою партнершу в двойке, с которой у нас сложился прекрасный тандем.

— Какие сильные качества вы можете отметить у конкурентов? Что позволило победить именно вам?

**АНАСТАСИЯ:** Абсолютно все спортсмены выходили на площадку и выкладывались на все 100 процентов: эмоции, костюмы, музыка. Нам же помогли сплоченность и опыт. Мы понимали, что это последний старт сезона и надо достойно его завершить.

**АННА:** Выступали ребята, которые занимаются спортом профессионально. У них есть выдержка, четкость, слаженность. Но мы усердно тренировались, ставили хорошую программу. Это и позволило нам стать первыми в хип-хопе.

*Алина Толстихина, студентка 1-го курса филологического ф-та*

# Мода потрясений

**С**оздание, продвижение и распространение брендов в сфере моды приобретает все большую популярность не только среди профессионалов в данной области, но и среди специалистов по пиару и рекламе. Мы обсудили работы молодых дизайнеров с Яном Касперавичусом, выпускником филологического факультета, а также вспомнили про феномен бренда «Гоша Рубчинский».



— Ян, расскажите, какова сейчас обстановка на рынке, что делать молодым дизайнерам?

— Год назад я работал в «Луконе» (сообщество «ВКонтакте» по подбору стильных образов), где на тот момент были представлены продукты в основном зарубежных брендов. После ухода западных компаний мне стало интересно, как участники рынка выстраивают свою деятельность сейчас. И я увидел большое количество новых российских брендов, а также заметил, что реклама для них стала дешевле. Можно сказать, что сейчас самое время для развития отечественных производителей. Нельзя не отметить и то, как наладилось сотрудничество с Азией. Это хорошая возможность для молодых брендов выйти на международный уровень.

— Как молодым дизайнерам можно выйти на международную арену?

— Правила остались те же, однако количество инструментов расширилось. Главное — это идея. Люди, которые обращаются к дизайнерской одежде, ищут прежде всего интересную идею. Первым, кто заметил это, был Кристиан Диор, который в послевоенном мире стал продвигать идею красоты и возрождения. Или же Kenzo — он привнес в европейскую и американскую моду идею скрещивания культур.



— Хорошим примером может послужить бренд «Гоша Рубчинско-го». Как ты считаешь?

— Гоша Рубчинский — это тот человек, который привнес в моду идею андеграунда. Он появился в момент значительных изменений в массовой культуре. Мне кажется, нет людей, которые знали бы этот бренд, но не представляли, как выглядит сам Гоша. На этой эстетике воспитано целое поколение, и он первый, кто смог так хорошо ее передать.

— Чем тебе запомнились его показы?

— Наиболее яркие для меня — первый и последний, что довольно символично. Думаю, что все показы можно рассматривать как общую историю. Он делает больше не одежду, а произведения. Насколько известно, первый показ не принес прибыли совсем. Одежда там действительно не запоминающаяся, но сама атмосфера показа осталась в сердцах. Во втором показе уже виден образ бренда.

Видно, что на дизайнера большое влияние оказал Comme des Garçons.

Ткани, силуэты, стилистика лукбуков, оформление показов — улучшилось все. Можно было подумать, что бренд теряет свою идентичность. Последняя коллекция в Екатеринбурге — очень эпичная концовка истории. Там Гоша действительно проявил себя как культурный феномен. О нем говорили как о человеке, который принес моду из страны, куда сама мода еще не добралась.

— Гоша Рубчинский предоставил уличной российской моде выход на мировую арену?

— Определенно. Через его бренд получили возможность для самовыражения люди, которые привыкли молчать. Мы стали больше интересоваться своей культурой. Это также послужило примером успеха для всех российских компаний. Сейчас также подходящее время для акцента на наш уникальный культурный код. Любой кризис — повод для творчества. Нужно лишь найти тот самый запрос общества, на который бренд сможет ответить.

Алина Цыганкова,  
студентка 4-го курса  
филологического ф-та

