

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ЧТОБЫ ВСЁ БЫЛО В РАДОСТЬ!

Студенческое время – одно из самых счастливых! В пять лет умещается столько, что воспоминаний хватает на целую жизнь. Это не только студенческие вечера, весёлые КВНЫ, капустники, но и лекции, экзамены, зачеты, практики, стажировки и многое другое. А на это нужны силы, энергия и, наконец, здоровье, чтобы всё было в радость.

В медицинском кабинете каждый всегда найдёт поддержку и понимание. Там работают люди, которые в любую минуту готовы помочь всем. И не только таблетками и микстурами, но и добрым словом. А оно, как известно, тоже лечит.

Медицинские работники Академии – неперенные участники всех мероприятий. Может, не каждый их увидит, но они всегда на боевом посту: все видят и все слышат.

Информация о медкабинете будет интересна всем, но в первую очередь

тем счастливым, которые ни разу его не посетили. Он находится на улице Октябрьской, дом 10 – это административный корпус Академии – на втором этаже, кабинет № 31. И разместился в двух комнатах, так что места хватит всем! Здесь вам окажут первую медицинскую помощь, выдадут соответствующие лекарства, сделают укол, а



На снимке: прием ведет медработник Елена Рыжова

если возникнет необходимость, то и электрокардиограмму, выпишут справку, сделают прививку, измерят давление. А проще – предпримут самое необходимое, чтобы вам помочь.

Конечно, лучше приходить сюда только с профилактическими целями. Поэтому всем – стабильного здоровья, бодрости и радости! Ну, а если возникнет необходимость – не стесняйтесь!!!

А напоследок несколько советов от наших медиков:

Ведите здоровый образ жизни. Занимайтесь спортом.

Побольше бывайте на свежем воздухе.

Соблюдайте правила личной гигиены.

Обязательно ешьте первое (суп).

Следуйте этим нехитрым советам, и будете всегда бодры и веселы!

Крепкого здоровья и удачи во всем!

ДОРОГИ, КОТОРЫЕ МЫ ВЫБИРАЕМ



похож. Но французский для восприятия гораздо проще, так как темп речи значительно ниже. Две моих подруги приехали в страну, абсолютно не владея никакими иностранными языками. Жили они, так же как и я, в семье, где говорили только по-французски. Общались посредством картинок (если учесть, что одна из девочек талантливая художница, можно представить, сколько шедевров она оставила). Другая же изъяснялась посредством мимики и жестов. Представляете, какие пантомимы она устраивала! Не рекомендуется задумываться на пере-

ЖИЗНЬ В ШВЕЙЦАРИИ ИЛИ КАК НЕ ПОПАСТЬ ВПРОСАК

Так получилось, что я стала участницей фестиваля разных народов. Сам фестиваль требует отдельного рассказа. Мои краткие впечатления – о двухнедельном пребывании в курортном городке Ивердон – Ле – Ба, в часе езды на электричке от Лозанны.

Кстати, об электричках: они делаются на экспрессы, пригородные и региональные. Для того, чтобы попасть на нужную Вам станцию, тщательно изучите расписание и тип поездов, отправляющихся в это время. Такого беспорядка, как в нашем расписании электричек, у них нет. Расписание висит одно и то же целый год, скорее всего и не один. О списках отмен, как, к примеру, на нашей линии, здесь и не слышали. Разве что если только начнётся забастовка на железной дороге. Даже не рассчитывайте на то, что электричка придет раньше или чуть-чуть позже. Всегда точно в соответствии с расписанием. Секунда в секунду по хорошему швейцарским часам. Мои друзья жили еще в более отдаленном месте от Женевы. Один раз опоздав на поезд, они не успели и на автобус, который отправлялся от станции до их деревни. Пришлось ночевать на вокзале.

Швейцарцы – милейшие люди, но не дай бог Вам стать причиной нарушения их графика. По своему мироощущению они больше немцы, чем французы. Пунктуальные и педантичные. Если Вы собираетесь к ним ехать, нужно заранее сообщить им об этом, чтобы они смогли распланировать свой распорядок года и вписать Вас в свою жизнь. Я договаривалась со своей швейцарской семьей почти за год до прибытия.

Семью и дом я нашла довольно быстро, так как жители, если не с

удовольствием, то с большой охотой объясняли мне дорогу и попутно пытались узнать что-то о России. Странно, но интерес к нашей стране, был довольно велик на протяжении всей моей поездки. Ввалившись, после долгой дороги в квартиру, я обнаружила там перепуганную женщину, которая кажется, еще больше меня боялась нашей встречи. Больше всего её смущало моё незнание французского языка, и она уже перебирала варианты возможного общения с незнакомым человеком, да еще и иностранцем, да еще и прибывшим издалека. Она с облегчением вздохнула, лишь, когда я заговорила по-французски. А на третий день нашего знакомства Анна уже души во мне не чаяла: подавала кофе в постель и баловала всякими вкусными блюдами. А её муж уверял, что это ей – только в радость, дети живут далеко, надо же о ком-то заботиться.

Особо меня никто не контролировал, но просили все-таки являться во время. Запомните это слово, оно ключевое в стране часов. Опоздание, чаще всего, рассматривается как оскорбление. Хотя, конечно, все зависит от людей. Но свалить вину на отмену электрички или пробки вам не удастся. Этого у них нет.

Не бойтесь спрашивать, если Вам что-то непонятно. Работники станции довольно хорошо владеют английским языком, или немецким, или французским, или итальянским. Так как официальных языков там три + обязательный английский. В этой стране практически каждый третий говорит на трех языках, как на родном. Немецкий, правда, не совсем похож на язык Гете или коренных германцев, а точнее совсем не

крестках, что я часто делаю. Стоило мне встать напротив пешеходного перехода и замешкаться буквально на минуту, из моих размышлений меня вернули громкие сигналы неизвестно откуда взявшихся машин. Появление пешехода у перехода, каким бы оживлённым при этом ни было движение, горит зеленый человечек или нет, влечёт остановку транспортного потока. Движение возобновляется только после того, как нога пешехода наступит на тротуар противоположной стороны. К хорошему быстро привыкаешь, но в России потом приходится сложновато. Проверено.

Еда, конечно же, является очень важной частью нашей жизни, и жизни швейцарцев, поверьте, тоже. На завтрак, Вам вряд ли предложат кашу или яичницу. Чаще всего, это несколько сортов джема, мед, всевозможная выпечка (круассаны, хлеб и т.д) и чай или кофе. Обед же обойдется без супа (скорее всего, многие из вас будут довольны), но ни в коем случае, не обойдется без стакана холодной воды и десерта. Если уж так получится, и Вы попадете на какое-нибудь званый ужин или обед, готовьтесь к тому, что блюд будет немалое количество. Начиная с аперитива и заканчивая чашкой кофе. И ни в коем случае, не намазывайте фуагра на хлеб! Мне пришлось краснеть, не зная таких тонкостей.

И напоследок напомню, что, глядя на нас, судят о всей стране и нации. Будьте вежливыми и пунктуальными. Некоторые, например, никогда не общались с русскими. Это будет их первая встреча, а по первому впечатлению обычно и судят. И удачи!

Ольга Алексюк,
студентка II курса

ВЕСНОЙ ВСТРЕЧАЕМ «ФЕСТОС»

Традиционный Московский фестиваль студенческого творчества «Фестос» проходит весной. В этом году он был пятнадцатым.

В вузах и клубах Москвы студенческая молодежь демонстрирует свои таланты в 15 номинациях. Российская международная академия туризма принимает участие в конкурсной программе в пятый раз. Наши студенты участвовали в номинациях: эстрадный вокал, бардовская песня, оригинальный жанр, вокально-инструментальные ансамбли.

В первом туре демонстрировали свои таланты в номинациях: эстрадный вокал – Юлия Мамнева, Роман Гладков и Алексей Долгов, Александр Брылёв и Людмила Терещенко, Леонид Горелов; бардовская песня – Александр Брылёв, Алексей Долгов, Юлия Беляйкина; оригинальный жанр Евгения Тихонова и Александр Парфёнов (клоунада); акробатические коллективы «Высота» и «Гармония» из филиалов Академии; вокально-инструментальный ансамбль «Ocean Avenue» в составе Дмитрия Карасёва и Александра Климова.

Жюри по достоинству оценило творческие возможности наших участников, дав «зелёную улицу» для участия во втором туре Юлии Мамневой (песня «Л ю б о в ь»),

Алексею Долгову (авторские песни, «Струны любви»), Юлии Беляйкиной (песня «Белый голубочек»), коллективу «Гармония» (акробатический номер)

В заключительном гала – концерте со своими номерами выступили Юлия Беляйкина, акробаты из коллектива «Гармония».



ПРИХОДИТЕ В СТУДСОВЕТ!



Студенческий совет Академии, как и в любом высшем учебном заведении, по сути главный орган студенческого самоуправления, объединяющий студентов и аспирантов. При его активном участии и поддержке наши студенты выезжают на

конференции и конгрессы, проходящие в других городах России и за рубежом. На его счету – проведение туристических слетов, конкурсов среди талантов Академии, на звание мисс и мистер РМАТ и множество других.

Благодаря этим мероприятиям наиболее полно раскрывается творческий потенциал студентов, открываются новые таланты, что способствует более успешной учёбе и развитию профессиональных навыков. Прошедшие школу студенческого совета Академии, приобрели опыт организаторской работы, получили возможность воплотить свои замыслы и идеи, наконец, нашли верных друзей на многие годы. Все

они добились успеха и смогли применить на практике свои способности!

Сегодняшний студенческий совет ведёт работу по шести основным направлениям: научное, учебное; информационное; культурно-массовое; туристское и спортивно-оздоровительное; внешних связей; социального развития. Чтобы успешно работать в этих сферах, совет самым тесным образом сотрудничает с такими организациями, как Химкинское объединение молодежи; Московский студенческий центр; Российский союз молодежи; Всероссийский проект Российского Союза Молодежи при поддержке Министерства образования и науки

РФ; Центральный комитет по работе с молодежью; мэрия г. Москва; городская школа студенческого актива.

Годы учёбы должны быть самыми яркими и полными позитива! Ребята из студсовета стараются сделать их именно такими. Прекрасно дополняя друг друга, одни генерируют свежие идеи, другие воплощают их, они умеют не только рассмешить, но и заставить серьёзно посмотреть на важные проблемы и что важно – помочь решить их.

В коллективе можно найти отличных друзей, научиться организовывать мероприятия, постоянно совершенствоваться, находить новые грани привычных

вещей, всегда получать самую свежую информацию, работать в команде, взаимодействовать, говорить и слушать друг друга и сообща решать проблемы.

В студсовете с радостью откликнуться на любое креативное предложение, здесь всегда рады новым людям, которым небезразлична жизнь в Академии.

Получить информацию о том, как членом студсовета, можно у его председателя Александра Исаева (8-926-593-80-03, greenza@list.ru)

Телефон студсовета в учебном корпусе №1 - 8-498-691-09-24

Электронная почта: studsovet@rmat.ru