



В ВЫПУСКЕ:

- С ДНЕМ УЧИТЕЛЯ! 1
- Интернет в помощь 1
- Друзья наши меньшие 2
- Мы вас помним 2
- Современник-2021 2
- Я свяжу тебе жизнь 2
- Психологическое здоровье 3
- Как жизнь? 4
- PRODOBRO 4
- 200 –летие Ф.М.Достоевского 5
- Внимание! Без паники... 6

С ДНЕМ УЧИТЕЛЯ!

В день, когда осень украсила
 листья
 Красками яркими радуга глаз
 Праздник к нам в техникум радостный
 мчится,
 С ним поздравляем мы искренне Вас.
 Сил и терпенья желаем огромного,
 Мудрости сеять науки зерно
 В эти умы, что вопросов исполнены,
 Им, отдавая любовь и тепло,
 Сеять охотно с сердцами открытыми,
 Труд, совершая ответственный свой,
 С ними скрепляясь прозрачными нитями,
 Быть очень крепкой и дружной семьей !



Ежегодно **5 октября** наша страна отмечает чудесный праздник – День Учителя России.

Именно в этот день нашим дорогим педагогам говорят слова благодарности, дарят цветы и подарки, устраивают концерты и утренники. Из-за эпидемической обстановки в СГХТ праздничный концерт был отменён, но наши преподаватели не остались без тёплых слов и подарков.

Отряд Волонтеров «Гирлянда дружбы» сделал приятный сюрприз, мы повесили на двери кабинетов листы с предложением написать поздравление преподавателю, еще мы лично поздравили преподавателей - прочитали стихи.

Также ежегодно ко Дню учителя в стенах СГХТ проходит конкурс открыток «Тёплые слова моему Учителю».

С 17 сентября по 03 октября ученики прикрепляли свои работы на двери кабинетов своих кураторов.

Судейство в этом конкурсе было не простым, каждая открытка оригинальна и не схожа с другой.

Честное жюри в составе преподавателей техникума Крыжановской А.Н, Кочеровой Е.А., Белкиной Э.В., подвело итоги конкурса: **1 место – группа МД-1; 2 место – группа ОСА-2; 3 место – группы ТЭО-2, ТРК-4, МТЭг-4, ТАК-3**

Все участники и победители огромные молодцы!

На глазах преподавателей бле-



стят слезы радости. Никто не сомневается уже в правильности своего выбора – учить детей, давать им знания, учить наукам и жизни в обществе. Ведь преподавателем не становятся – преподавателем рождаются! Это призвание, а не профессия.

Поздравляем всех преподавателей с Днем учителя!!!

Трейбач Эллина, ТАК-1

Многие во время учебы сталкиваются с определенными трудностями,

Интернет в помощь

когда пишут курсовые, индивидуальные проекты, и чтобы облегчить этот процесс мы нашли несколько очень удобных сервисов:

Photomath(приложение, аналог— сайт mathway.com) - обычный калькулятор с большими возможностями, поможет быстро посчитать курсовой проект.

Google Lens (приложение) - расшифровка текста на фото, когда нет желания перепечатывать материал, а оцифрованного текста нет.

sinonim.org - пригодится, когда процент уникальности текста в курсовой не удовлетворяет требованиям.

Пусть учёба приносит только радость и удовлетворение.

Корзников Владимир, ТНВ-3





Друзья наши меньшие



В очередной раз (**9 октября**) волонтеры Соликамского горно-химического техникума посетили пункт временного содержания животных. Собрали круп, немного вещей для утепления перед зимой и небольшую сумму денег.

Яна, владелица приюта, рассказала, что животные никому не нужны. Люди, заводя животных, не осознают всю ответственность, а после просто выкидывают на произвол. Все животные очень дружелюбные, хотя ласки и любви. В приюте содержатся за счёт спонсоров, неравнодушных жителей, волонтеров и заботами хрупкой женщины более 100 собак и 60 кошек.

Убедительная просьба к тем, кто думает завести питомца— подумайте несколько раз, сможете ли вы взять на себя ответственность за жизнь животного. Не забывайте, мы в ответе за тех, кого приручили.

Дарья Белозерова, КС-4

1 октября 2021 года, в день по-

Мы Вас помним!

жилого человека и в преддверии Дня учителя, волонтеры поздравили бывших преподавателей Соликамского горно-химического техникума.

Мы побывали у Строкан Татьяны Евгеньевны, Сальниковой Валентины Михайловны, Шестаковой Анны Ивановны, Бахаревой Галины Иосифовны, Шехирева Вячеслава Васильевича.

Все были рады нас видеть и с радостью рассказывали о своём опыте, были гостеприимны.

Каждый из них много лет трудились в стенах родного техникума и нам было очень приятно, что именно мы поздравили их. Также поздравляем всех наших читателей с днем пожилого человека! Долгих лет Вам жизни!

Дарья Белозерова, КС-4



В лагере молодежного актива «Современник» побывали 5 студентов

Современник 2021

горно-химического техникума, где прожили целую неделю. Их учили работе в команде.

«Когда действительно понимаешь, что вы команда, то вся работа идет с удовольствием. Это такие невероятные ощущения, когда ты стоишь на сцене, а перед тобой 200 человек хлопают и кричат в поддержку.

Также у нас были спец. курсы:



социальное проектирование, лидерство, РСО и многие другие. Нужно было успевать буквально впитывать всю информацию, которую нам давали спикеры. Но больше всего запомнилась работа в команде, когда в наше племя пришли драконы, чтобы посмотреть как мы живем. Мы еле держались, чтобы не засмеяться!

Даже если и были неприятные моменты, то уезжали мы от туда все со словами, что будем скучать. А самое важное то, что команда СГХТ теперь гордо носит звание «Современник 2021!»—рассказывает Алёна Кычанова. Мы гордимся своими ребятами!

Дарья Белозерова КС-4

Я свяжу тебе жизнь



Сообщаем, что молодежное объединение «Мы часть Соликамска» проводит добрую акцию «Я свяжу тебе жизнь»

С 1 октября до 31 декабря вы можете связать игрушки, различные вещи (носочки, варежки, шарфы) и др., и передать их волонтерам, которые подарят их в новогодние праздники детям из малообеспеченных семей, детям в Детскую больницу и Дом малютки. Изделия больших размеров будут переданы в Социальное бюро.

Также волонтеры из «МЧС» предлагают, если вы не умеете вязать, но хотите участвовать в акции, купить готовые вещи, например, у бабушек на улице – тогда вы поможете сразу двум людям.

Вещи можно принести в Социальное бюро, адрес: ул. Молодежная, 29. График работы: пн-пт с 10.00 до 18.00, в субботу с 11.00 до 14.00, воскресенье – выходной.

Поможем всем миром!

Корзников Владимир, ТНВ-3



Психологическое здоровье



Студенты ГБПОУ «СГХТ» приняли участие во Всероссийской акции по психологическому просвещению, приуроченной к Всемирному дню психического здоровья.

Со студентами была проведена беседа по вопросам психологического здоровья и формирования личности в обществе.

Паршакова Мария Сергеевна, педагог-психолог ГБУ ПК «ЦППМСП» **07 октября 2021 года** провела урок «Психологическое здоровье» в группах первого курса специальностей 18.02.03 Химическая технология неорганических веществ и 18.02.12 Технология аналитического контроля.

Мария Сергеевна дала лекцию о том, насколько важно взаимопонимание и поддержка в обществе, также были затронуты очень важные темы: психологическое здоровье подростка в наше время, его самооценка, самосознание, самоотношение.

Я тоже присутствовала на этой лекции, вместе со своими сокурсниками мы охотно задавали вопросы и получали на них ясные и понятные ответы, вняв для себя новую информацию.

Приносим свою благодарность «Центру психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» за такой полезный урок!

Трэйбач Элина ТАК-1

Все мы знаете, что такое «здоровый человек» - сильный, активный, занимается спортом. Однако здоровье человека состоит не только из физического состояния (нет болезней, сильный, активный), но и социального положения (питание, образ жизни, уровень жизни), и психологического здоровья.

Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного развития человека.



«Тело не болеет отдельно и независимо от души» (Сократ).

Физическое здоровье и психологическое здоровье взаимосвязаны. Мысли и эмоциональные реакции влияют на физическое здоровье. Сильные эмоции (страх, гнев, горе) – особенно, если они вытесняются и подавляются – могут являться причиной психосоматических заболеваний.

Социальное здоровье, проявляется способностью общаться с другими без конфликтов, чувствовать себя ответственным



ным за общество в котором мы живем, работать для этого и в то же время быть способным ощущать красоту жизни..

Среди нарушений эмоционального развития в подростковом возрасте первое место занимают тревожность, страхи, агрессивность, замкнутость.

Чтобы избежать подобного действие эмоций на физическое здоровье необходимо:

Научитесь справляться со стрессом. Это поможет поддерживать спокойствие и научит правильному поведению в стрессовых ситуациях.

Старайтесь поддерживать хорошие отношения с родителями. Всегда помните, что они желают вам лучшего.

Поддерживайте баланс между учебой, работой и социальной жизнью.

Не пытайтесь брать на себя слишком многое. Направьте все свои силы лишь на самые важные направления. Если вы будете братья одновременно за слишком многое, то столкнетесь со стрессом, истощением и депрессией.

Умейте определять признаки эмоционального истощения. К таковым относятся:

- тревога,
- чрезмерная утомляемость,
- утрата самооценки,

- потеря интереса к ранее любимым занятиям,
- потеря аппетита,
- набор массы тела,
- потеря массы тела,
- несвойственное характеру человека поведение.

Обращайте внимание на настроение и чувства. Не списывайте абсолютно все негативные мысли и чувства на подростковый возраст. Если вы о чем-то сильно переживаете, обратитесь за помощью.

Не бойтесь и не стесняйтесь обращаться за помощью.

Принимайте себя. Если вы чувствуете низкую самооценку или считаете, что плохо выглядите, поговорите об этом с кем-то. В данном случае может помочь даже обычная беседа с другом.

Не унижайте других людей. Если же жертвой унижений или издевательств стали вы сами, скажите об этом родителям или другим взрослым людям, обсудите это.

+7 499 791 2050 — Линия психологической помощи
Кто крепок телом, может терпеть и жару, и холод. Так и тот, кто здоров душевно, в состоянии перенести и гнев, и горе, и радость, и остальные чувства.

Эпиктет

Корзников Владимир, ТНВ-3



Стр. 4 ПРОСТУДА

Как учеба?



Вот уж прошел месяц учебы, многим подросткам этого достаточно для адаптации к студенческой среде. Мне захотелось узнать, какое мнение сложилось у студентов первого курса к техникуму, преподавателям, расписанию в этом году. Поэтому я задал несколько вопросов студенте группы ТАК - Корзниковой Наталье. И вот, что она мне рассказала:

«Самым непривычным и неудобном оказалось расписание. Неудобное по той причине, что точно узнать пары заранее нельзя - только перед самым рабочим днем, а в плане содержания расписание более чем удобное - 3 пары и большая перемена, когда можно передохнуть, самое то для продуктивной учебы.

Педагогический состав мне нравится. Конечно, как и везде, у всех педагогов есть свои особенности, к кому как лучше подойти, но и к ним со временем привыкаешь.

Что касается группы, то коллектив мне попался вполне себе ничего. Само - собой, не сразу все шло гладко, но это трудностями и не назовешь

Курирует нашу группу Галина

Анатольевна Ушакова, очень хороший куратор, ну по крайней мере мне нравится, всегда идет на уступки, помогает, если где-то что-то надо.

Столовая «жесть», у меня в гимназии было дешевле и вкуснее, но это ладно, вот что действительно проблема, так это огромная очередь до дверей, и чтобы успеть поесть нужно раньше уйти с пары, а с пар редко кто отпускает.

Еще момент, дистанционное обучение. Довольно тяжело втянуться, особенно напрягает большее количество домашней работы, по сравнению с очной учебкой. Я конечно понимаю, что мы дистанционно проходим и то, что должны узнавать на парах, и то, что должны выполнять дома, но раз уж спросили о трудностях, вот и говорю.

В общем, во всем есть и плюсы и минусы, а минусы на столько незначительны, что к ним быстро привыкаешь, поэтому учиться в техникуме мне нравится».

Благодарю Наташу за очень развернутый отзыв, а всем первокурсникам хочу пожелать новых знаний, хороших оценок и замечательных одногруппников!

Первые 2 года студент работает на свое имя, остальные — имя работает на студента!

Если вы студент, значит перед вами стоит тысяча возможностей. Найдите в себе силы, чтобы использовать хотя бы одну из них.

Три студенческие 3: Заучил, сдал, забыл.

Корзников Владимир, ТНВ-3

31 октября 2021 года, в воскресенье, волонтеры из отряда техникума «Гирлянда Дружбы» посетили встречу PRODOBRO с командой Волонтеров Прикамья.

PRODOBRO



Спикерами были Александра Голдырева и Светлана Пономарева.

Для начал нам провели «Big Networking» - игра, в которой мы познакомились с другими участниками, затем мы разделились на 4 команды и соревновались в том, кто больше всех знает терминов связанных с волонтерством, и кто лучше всех сможет эти термины «показать» - это была своеобразная игра в крокодила. Выиграла команда, большинством состоящая из наших ребят! Мы получили прикольные фирменные стикеры от волонтеров Прикамья.

Затем была образовательная часть - показали и рассказали об интересных кейсах, рассказали много нового о таких направлениях волонтерства, как - экологическое волонтерство, научное волонтерство, серебряное волонтерство, онлайн волонтерство, туристическое волонтерство, пробоно и многих других, нам рассказали о проблемах этих направлений, возможных путях их решения.

После образовательной части нам опять дали командные задания: одним - изобразить волонтерство Соликамска в 2022 году, другим - образ волонтера в 2022 году после апокалипсиса, третьим - сеть волонтерства Пермского края в 2022 году, как взаимосвязаны отдаленные части края с центром, как связаны различные направления волонтерства между собой и с самой идеей добровольчества. После этого мы должны были переме-

шаться, понять чужие работы и дополнить их, а затем объяснить всем суть рисунков. Все команды справились на отлично.

Помимо этого на протяжении всей нашей шестичасовой встречи мы рассуждали о том, нужен ли свой мерч каждой волонтерской организации; лучше бы было, если бы создали единый волонтерский центр; какие есть основные проблемы в волонтерстве конкретно в нашем городе и в крае; как привлечь людей к нашей деятельности.



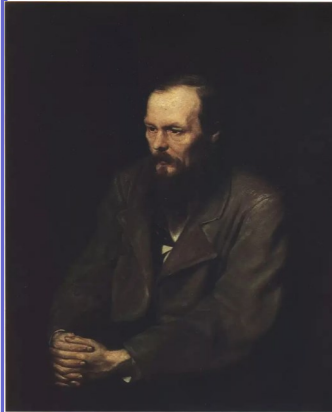
Смею предположить, что из этой встречи все вынесли что-нибудь новое и ушли с хорошим настроением!

«В сердце добровольчества (волонтерства) собраны идеалы служения и солидарности и вера в то, что вместе мы можем сделать этот мир лучше. Кофи Анан, генеральный секретарь

ООН

**Трейбач
Элина, ТАК-1**





Ф.М. Достоевский на картине Г.М. Перова

Федор Михайлович Достоевский (родился 11 ноября 1821 года в семье врача московской Мариинской больницы для бедных, имевшего звание штаб-лекаря, Михаила Достоевского и Марии Нечаевой)

– величайший писатель, классик русской литературы, мыслитель, автор таких бесмертных произведений, как «Идиот», «Преступление и наказание», «Униженные и оскорблённые», «Братья Карамазовы» и многих других, член-корреспондент Петербургской академии наук с 1877 года, классик мировой литературы, по данным ЮНЕСКО, один из самых читаемых писателей в мире.

В 1844 году Достоевский начинает свою длинную карьеру писателя. Одним из первых его серьезных творений стал роман «Бедные люди», положительно оцененный критиками и принёсший славу его создателю. Через 5 лет в жизни писателя происходит переломный момент - его приговаривают к каторжным работам. Писатель многое осмысляет по-новому.

Примерно в 1860 году Достоев-

ский начал писать огромное количество произведений. Он опубликовал двухтомное собрание своих сочинений, не нашедшее популярности у современников писателя, однако критики нашего времени высоко и по достоинству оценили произведения Достоевского.

Тексты Достоевского буквально ошеломляли читателей, которые никогда лично не сталкивались с каторгой.

В 1861 год. Братья Достоевские занялись созданием собственного журнала «Время».

Достоевский умер в 1881 году, от бронхита и туберкулеза. Ушел великий писатель в 59 лет.

10 интересных фактов про Достоевского

- За свою жизнь написал 8 романов, 26 повестей и рассказов и множество произведений поменьше.

- Его культовый роман «Игрок» был написан всего за 3 недели. Писатель создавал его в спешке, чтобы передать рукопись издателю, получить за неё деньги и расплатиться с долгами. «Игрок» был признан шедевром, и его экранизировали 12 раз, причём из них только два раза – в СССР. Остальные экранизации снимались в США, Германии, Франции и др.

- 15 различных лауреатов Нобелевской премии по литературе утверждали, что творчество Достоевского оказало на них большое влияние.

- В 1971 году, к 150-летию со дня рождения Фёдора Михайловича, западные исследователи-литературоведы создали Международное Общество Достоевского, занимающееся изучением его творчества.

- Почти все свои крупные произведения Фёдор Достоевский написал уже после возвращения с каторги.

- В «Преступлении и наказании» он описал множество реально существующих (или существовавших тогда) мест Петербурга. В поисках вдохновения писатель много гулял по городским улицам.

- Знаменитый философ Ницше говорил, что Фёдор Достоевский был единственным психологом, у которого он мог кое-чему поучиться.

- Американский писатель Фрэнсис Фицджеральд, автор «Великого Гэтсби», заявил, что на его роман повлияли «Братья Карамазовы».

- Во многих романах Достоевского встречаются регулярно повторяемые цветные и цифровые символы. В «Преступлении и наказании» это число 4, 3,7.

- Он недолюбливал Тургенева из-за того, что тот за свои рукописи получал втрое больше денег. Сам Фёдор Михайлович считал это несправедливым.

29-30 октября я приняла участие в «VIII краевой олимпиаде по истории мировой культуры, посвященной 200-летию со дня рождения Федора Михайловича Достоевского, среди студентов профессиональных образовательных организаций Пермского края». Олимпиада проходила в дистанционном формате.

Основными целями и задачами Олимпиады являлись:

- развитие интереса у студентов к изучению истории культуры и искусства;

- возможность реализовать накопленные знания в области культурологии и искусствоведения;

- раскрытие интеллектуального потенциала студентов.

При подготовке к Олимпиаде я обращала внимание на следующие вопросы:

1. Биография Федора Михайловича Достоевского,

2. Творчество писателя и его влияние на отечественную и мировую литературу,

3. Образ Ф.М.Достоевского в культуре и искусстве,

4. Сюжеты и герои произведений Достоевского в искусстве.

Подготовиться было сложно, потому что следовало ознакомиться полностью с биографией и культовыми произведениями в короткие сроки. Вопросы были различного формата: выбрать правильный вариант ответа, написать анализ отрывков, сопоставить картины с художниками (или актера с ролью в фильме), вставить пропущенные слова и т.д. На все давалось 90 минут. Мне очень понравилось участвовать в олимпиаде, она вновь разожгла во мне любовь и интерес к Достоевскому. После олимпиады я приобрела все 12 томов с главными произведениями, чтобы вновь поучаствовать в марте, но быть уже полностью готовой. А сейчас мне только остается ждать подведения итогов олимпиады и верить в лучшее».

Человек жив – пока жива память о нем, так пускай же такой величайший писатель, как Ф.М. Достоевский будет жить в наших сердцах вечно!

УРА, у меня 1 МЕСТО!

Корзникова Наталья, ТАК -1



СТР.6 ПРОСТУДА

ВНИМАНИЕ!



29 октября, оперштаб обсудил текущую ситуацию с распространением новой коронавирусной инфекции в Прикамье. Во исполнение поручений президента РФ Владимира Путина, данным по итогам совещания с членами Правительства Российской Федерации, в связи с напряженной эпидемической обстановкой и предельной нагрузкой на учреждения здравоохранения в Пермском крае усилятся меры борьбы с COVID-19.

На оперштабе отметили, что из-за рекордного роста заболеваемости COVID-19 для стабилизации ситуации требуется максимально ограничить число контактов среди жителей. Это позволит сдерживать распространение коронавируса на инкубационный период. Ограничительных мер, действующих в настоящее время в Пермском крае, для снижения распространения инфекции недостаточно. Однако, по данным региональных профильных ведомств, в связи с действующими ограничениями организации и компании Прикамья уже несут серьезные убытки из-за сокращения числа посетителей и получателей услуг. При этом Правительство РФ готово оказать меры поддержки предприятиям и

организациям, которые приостановят деятельность на период нерабочих дней. Благодаря этому удастся снизить скорость распространения коронавируса, сократить число новых заболевших, снизить нагрузку на ковидные стационары и поддержать компании, которые понесут убытки.

В связи с этим на период нерабочих дней, объявленных в России с 1 по 7 ноября включительно, в Пермском крае **приостанавливается деятельность организаций во всех сферах.** На этот период прекращается доступ посетителей и работников в здания, строения, сооружения (помещения в них), на территории, в которых осуществляется реализация товаров, выполнение работ, оказание услуг, а также проведение мероприятий.

Исключение составляют:

- Работа предприятий общепита при условии осуществления обслуживания на вынос без посещения гражданами помещений таких организаций, а также доставки заказов.

- В указанные дни будут работать аптеки и аптечные пункты.

- Функционирование дошкольных образовательных организаций и структурных подразделений общеобразовательных организаций, реализующих программы дошкольного образования, в части работы дежурных групп.

- Работа организаций, осуществляющих услуги по сервисному обслуживанию и ремонту автомобилей, шиномонтажные работы (услуги) и продажу шин, покрышек, камер в местах осуществления таких работ (услуг).

- Деятельность Пермского краевого многофункционального центра предоставления государственных и муниципальных услуг.

- и некоторые другие.

Кроме того, с 1 ноября и до особого решения оперштаба режим строгой самоизоляции должны соблюдать не иммунизированные представители старшего поколения в возрасте от 60 лет и выше (ранее было с 65 лет). Напомним, под не иммунизированными подразумеваются граждане, не имеющие сертификатов вакцинации от COVID-19 или QR-кода, подтверждающего иммунизацию либо перенесенную новую коронавирусную инфекцию, и с даты выздоровления которых прошло не более 6 календарных месяцев.

Отметим, что ограничения не распространяются на организации жизнеобеспечения, деятельность которых не может быть приостановлена. Руководителям данных организаций необходимо обеспечить иммунизацию работников от коронавируса

Добавим, что на весь период действия строгих ограничений с 1 по 7 ноября все пункты вакцинации жителей Прикамья будут работать в прежнем режиме.

Еще одна мера противодействия COVID-19 вступит в силу 8 ноября – ограничивается работа организаций общественного питания в период с 23.00 до 6.00.

В оперштабе подчеркнули, что после окончания нерабочих дней сертификаты о вакцинации от COVID-19 и QR-коды по-прежнему будут использоваться в качестве фильтра безопасности при оказании услуг и посещении мест массового пребывания до особого решения об их отмене.

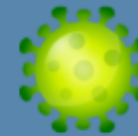
Телефон горячей линии по коронавирусу и ОРВИ в Пермском крае : +7 (342) 258 07 87.

«Мы даже не представляем, сколько в нас есть силы, пока не придется проявить эту скрытую силу. Во время войн, болезней, катаклизмов люди спо-

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ КОРОНАВИРУСОМ



- 1 Используйте защитные маски, меняйте их каждые 2-3 часа
- 2 Мойте руки с мылом, используйте антисептик, особенно после посещения людных мест
- 3 Избегайте толпы
- 4 Не переохлаждайтесь, не употребляйте алкоголь и другие вредные вещества, способствующие снижению иммунитета
- 5 Вакцинируйтесь



Эти меры снизят риск заражения, но этот риск будет всегда, поэтому будьте бдительны, откажитесь на время от контактов с людьми

собны на удивительные поступки. Способность человека к выживанию и восстановлению просто поразительна» - Изабель Алленде (чилийская писательница).

Корзников Владимир, ТНВ-3

Читайте подробнее на: <https://miridei.com/success-ideas/sovety/20-fraz-znamenitostej-chtoby-ne-padat-duhom-vo-vremya-koronavirusa/>

© miridei.com