

АСТРОЛОГІЧНИЙ
ПРОГНОЗ 2017 28

30 КРОКІВ
ДО УСПІХУ 6

БІЛИЙ
ВЕРНІСАЖ 10

СВЯТА
НАБЛИЖАЮТЬСЯ!



Академікс 11-12

Часопис ННІБТ «УАБС» СумДУ. Листопад–грудень 2016

У НОМЕРІ

3

ТРАДИЦІЇ

Свято наближається!

19 грудня студенти весело та масштабно «відкрили» головну ялинку УАБС!

6

ПОРАДИ СПЕЦІАЛІСТА

Владислав Грицай: 30 кроків до успіху



9

НАГОРОДА

Кращий студент СумДУ 2016

Бал з нагоди Дня студента в танцювальному залі вишу пройшов

10

МИСТЕЦТВО

Білий вернісаж

Напередодні Нового року й Різдва в СумДУ відбулася концептуальна виставка новорічних ялинок ручної роботи



12

ІНТЕРВ'Ю

Олена Павлова про кота Інжира й не тільки

Авторка героя соцмереж ділиться секретами

16

СПОРТ

Історія розвитку аеробіки в УАБС

18

СПІВРОБІТНИЦТВО

Олександр Поліщук: Щоденник студента Erasmus. Частина 2

Італійські нотатки студента УАБС



21

БЛАГОДІЙНІСТЬ

«Подаруй дітям казку»

Студенти УАБС, учасники театральної студії «Кураж», у рамках благодійної акції відвідали дитячу лікарню ім. св. Зінаїди

22

ДОЗВІЛЛЯ

Найяскравіша подія листопада

День студента. Фотозвіт

24

Тайм-аут перед іспитами

26

САМОДІЯЛЬНІСТЬ

Інтеграл як центральне поняття культурного життя СумДУ

28

ГОРОСКОП

Астрологічний прогноз від Владислава Грицяя на 2017 рік

ТРАДИЦІЇ

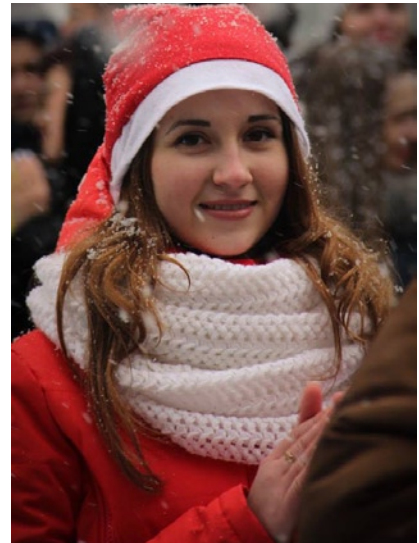


Свято наближається!

19 грудня студенти весело та масштабно «відкрили» головну ялинку УАБС!



Фото:
Сергій Тихенко



Владислав Грицай: 30 кроків до успіху

«Forbes» публікує перелік 30-ти досягнень до 30-річчя відомих людей. А Владислав Грицай, відомий нумеролог, у минулому – випускник юридичного факультету УАБС, напередодні нового, 2017, року дарує всім 30 найважливіших порад, дотримуючись яких, ви будете приречені на успіх.

- **1. Золоте правило «Спочатку Я».** Часто ми захоплюємося кимось або чимось і не усвідомлюємо, що втрачаємо себе в цьому. Якщо у вас закрадаються сумніви, дайте чесну відповідь: Де в ЦЬОМУ Я? Яке моє місце? Часто саме це питання розставляє все на свої місця.
- **2. Батьки.** Як би банально це не звучало, але цінуєте своїх батьків. До цього приходиш не відразу, тільки з роками усвідомлюєш, як не просто було їм, і як суб'єктивно часом ти до них ставився, а вони старіють. Сивуватий батько, буркотлива мати, але вони твої батьки, і таким, яким ти народився, ти міг народитися тільки у цих двох... Цінуйте їх, одного разу їх не стане.

Чесність у відносинах – запорука успіху, чесність із собою – запорука здоров'я.

- **3. Сім'я.** Любіть своїх батьків, але і пам'ятайте, що ваша сім'я – це ваша сім'я.
- **4. Шукайте.** Не переставайте шукати себе. У своєму житті я вивчився на юриста, займався КВК 13 років. Вивчав астрологію, хіромантію, нумерологію, Таро, психологію, зараз навчаюся на психодраматиста, вивчав езотерику, контролювані сновидіння. Я перебуваю в постійному пошуці себе, цей процес затягує. І я постійно шукав, в 25 я мало не залишився жити в монастирі, постійно

виношував ідею проїхатися монастирями України. Сьогодні я так само у пошуках, але тільки не зовні, я шукаю себе в собі. Бажаю і вам того ж.

- **5. Подорожуйте.** Люблю дорогу, в ній правда й істина постають якось по-особливо. Знаходьте час на дорогу. Вперше я виїхав за межі Сум в 16 років, на море в Євпаторію, а в студентські роки користувався кожною можливістю. Нові міста – це нові люди, нові можливості, нові кордони і новий світогляд.
- **6. Ризикуйте.** Боже, скільки разів я не ризикував ... Не виступив на фестивалі, де міг перемогти, не запросив дівчину на танець студентській дискотеці, не рвонув учитися в інше місто. Без коментарів, просто ризикуйте.
- **7. Творіть.** Не люблю слово робота, в ньому багато негативу і залежності. Люблю слово *Творчість*. У роботі ви – раб, коли творите – творець. Не вірте, що не можна займатися улюбленою справою і не бути адекватно оціненим. Три роки тому я сказав, що не буду творити на дядька, а створю щось своє – зараз так і відбувається, я творець свого щастя і своїх досягнень. Прагніть до цього, незалежно від вашого віку.
- **8. Дружіть.** Як важливо мати хороших друзів, ви можете не бачити їх місяцями, але знати, що вони є, і розраховувати на їхню підтримку. Дружба в 3

роки і 30 років не особливо відрізняється, інші інтереси і турботи, суть та ж, чесність, щирість і підтримка.

- **9. Згадуйте.** Знаходьте час для спогадів. Зустрічайтеся з колишніми, просто поговорити, відвідайте зустрічі випускників школи і свого вишу, запитуйте батьків, братів і сестер про дитинство. Згадуйте з друзями ваші маленькі пригоди – свята, маївки, бійки, конфлікти, спогади мають потужний енергетичний і емоційний ресурс, іноді настільки потужний, що емоції минулого дають енергію для сьогодення і віру в майбутнє.
- **10. Говоріть чесно.** Скільки людей і жінок я втратив тому, що не був чесний з собою і з ними. Чесність у відносинах – запорука успіху, чесність із собою – запорука здоров'я.
- **11. Фіксуйте свої доходи і витрати.** Будьте свідомими. Почніть з себе.
- **12. Мрійте.** Три роки тому, за сімейною вечерею переглядаючи «Битву екстрасенсів», я сказав рідним: «І я там буду». Всі тільки посміялися, але час розставив все на місця. Мрійте про нездійсненне, саме такі мрії збуваються найперше. Головне розуміти – мрії не збуваються завтра, вони збуваються у тих, хто вміє чекати післязавтра і діяти вже сьогодні.
- **13. Відпускайте.** Як важко відпускати застарілі відносини, професію, захоплення або хобі.



Зі свого життя наведу приклад. Коли я остаточно кинув команду КВН «Сафо», через два тижні з'явилася команда іноземних студентів «З акцентом», коли я закінчив з «З акцентом», справи вгору пішли у «Під коньячок», почалася ера «Плейбек театру в Сумах». Колись я залишу і його... Але це важливо розуміти, не бійтеся відпускати те, що пережило себе – проект,

Відпускаючи – ми звільняємо місце для нового.

роботу, відносини, бо для появи нового, потрібно звільнити місце, розпрощавшись зі старим. Відпускаючи – ми звільняємо місце для нового.

- **14. Помиряйте, аби відродитися.** Наново народжений ви завжди сильніше померлого вас.
- **15. Делегуйте.** Як часто ми робимо помилку, вважаючи, що тільки ми самі можемо добре зробити і реалізувати ту чи іншу справу, а потрібно всього лише довіритися і делегувати частину своїх повноважень іншим.

- **16. Довіряйте.** Як складно довіритися, особливо, якщо вас у минулому підвели. Але в цьому і полягає урок, не навчившись довіряти, ми так і не навчимося бути особистістю. Сила особистості не в тому, щоб реалізуватися самому, а в тому, щоб дійти до вершини в компанії з друзями та колегами.
- **17. Беріть на себе відповідальність.** Це складно, особливо, якщо ви чоловік. Але це єдиний спосіб реалізуватися як син, батько і чоловік.

● **18. Бійтеся стереотипів.**

Ставте під сумнів те, що вважається загальноприйнятим. Робін Шарма з цього приводу сказав геніально: «Не йдіть за натовпом, цей натовп може виявитися похоронною процесією».

● **19. Наставник.** Є відносини з батьками, своєю другою половинкою, дітьми, колегами, Богом, але найнеповторнішими і унікальними є відносини з наставником. Цінуйте зустрічі з мудрими людьми. Якщо у вашому житті з'являється наставник – ви на порозі великих змін.

● **20. Дякуйте.** Дякуйте з приводу і без – це дивовижна сила.

● **21. Обіймайте.** Обіймайте близьких, друзів, коханих, рідних, дітей, перехожих. Не сваріться зі своєю дружиною або дітьми, просто обійміть

Обіймайте близьких, друзів, коханих, рідних, дітей, перехожих.

їх – це найпростіший спосіб прояву своєї підтримки і турботи. Причому, обіймаючи інших, ви дбаєте і про себе.

● **22. Пишіть.** У своїй практиці я часто пропоную своїм клієнтам фіксувати свої думки і претензії на папері. Ви навіть не уявляєте, скільки цей метод уже врятував сімей. Часто наші переживання – це тільки наші переживання і краще їх вилити на папір, ніж в обличчя своїм близьким. Ефект той же, ви розвантажите свою голову, але папір це стерпить точно.

● **23. Прощайте.** У восьмому класі мене побили 8 осіб. Не скажу, що на фізичному рівні це було страшно, але морально в мені зачавів страх і відчуття несправедливості. З часом все стало на свої місця, половина з них уже давно на відшибі життя, а хтось і на кладовищі, хтось наркоман, а хтось у в'язниці. Я їх пробачив, як і багатьох інших кривдників у своєму житті, не злітсья і не ображай-

Кожен з нас був молодий, дурний, зухвалий і взагалі дурень або стерво, але потрібно навчитися прощати, і себе в тому числі

теся, всі образи йдуть у фізичні хвороби, а головне – умійте прощати себе. Так, кожен з нас був молодий, дурний, зухвалий і взагалі дурень або стерво, але потрібно навчитися прощати, і себе в тому числі.

● **24. Плачте.** Тільки сильна людина вміє показати свою слабкість і попросити про допомогу. Хто не просить про допомогу зовсім, завербований головним гріхом – гординею.

● **25. Даруйте.** Даруйте подарунки всім кому вважаєте за потрібне. Даруючи, ви проявляєте свою щедрість до іншої людини, у цей момент десь в Небесній канцелярії вам ставлять плюсики, і Всесвіт незабаром відповідь щедрістю до вас.

● **26. Посміхайтеся.** Завжди.

● **27. Бігайте** (займайтеся спортом). Починаючи з 11-го класу я регулярно бігав, для себе. Коли я біжу, я абстражуюся від усього, знайдіть собі фізичне заняття до душі – бігайте, стрибайте, танцюйте, лазьте по деревах, – це повинно бути вашим особистим фізичним заняттям, у цьому криється потужний ресурс, особливо це відчуваєш з віком.

● **28. Думайте.** Тут все просто. Як говорив Джордж Карлін:

Любіть нестримно, без відповіді, даруйте подарунки, робіть пристрасні вчинки, їдьте в інші міста і країни, але не придушуйте в собі любов. Це людська сутність: прагнути до любові.

«У мене є один навик – я звик думати». Щоб не відбувалося в країні, в геополітиці, у вас у дворі або сім'ї, зупиніться і просто подумайте – це сильна зброя і не вірте ЗМІ, я сам був їх частиною свого часу, я робив новини, ох, і цікава це справа. Коротко кажучи – думайте!

● **29. Виступайте.** Доведено, що головний людський страх – це страх публічних виступів. Він сильніший, ніж страх смерті. З юності привчіть себе виступати перед людьми. У дитинстві – перед родичами, в школі – біля дошки, в студентські роки – за кафедрою. Ті, хто вміють виступати, ведуть за собою, а в цьому житті краще вести, ніж йти у невідомому напрямку!

● **30. Любіть!** Навіть будучи чоловіком, серце просить любові, і це нормальна людська природа. Любіть нестримно, без відповіді, даруйте подарунки, робіть пристрасні вчинки, їдьте в інші міста і країни, але не придушуйте в собі любов, це людська сутність: прагнути до любові. Ми самодостатні самі по собі, але завжди є якийсь ліміт. Настає момент, коли постає необхідність створити потужний союз, взаємно наповнюючи один одного. Любов – це не почуття, це – стан, і в цьому стані можна перевернути гори.

Такі вони 30 пунктів порад від Владислава Грицяя, можливо суб'єктивні, але перевірені.

Удачі, любові і благополуччя Вам.

Записала Анна Карась

Астрологічний прогноз на 2017-й рік від Владислава Грицяя читайте на с. 28.



Учасники церемонії нагородження конкурсу «Кращий студент СумДУ 2016»

Кращий студент СумДУ 2016

Знагоди Дня студента в танцювальному залі вишу пройшов бал.

Атмосфера свята надихала присутніх бути активними та досягати нових вершин. У вишуканих костюмах та елегантних вечірніх сукнях номінанти виходили за нагородами, подарунками та квітами.

Найкращі студенти за результатами року були відзначені у різних номінаціях. Грамоту отримала студентка ННІ БТ «УАБС» СумДУ **Марина Бут** за досягнення у культурній діяльності.

Перемогу в номінації «Навчальна діяльність» отримала студентка навчально-наукового інституту фінансів, економіки та менеджменту імені О.Балацького **Марина Прокопенко**.

Кращим науковцем стала студентка навчально-наукового інституту права **Надія Андрейченко**.

«Кращим студентом СумДУ 2016» став студент медичного інституту **Іван Бабич**, який наполегливо займається навчанням і науковою діяльністю, має наукові публікації в журналах, що індексуються базою даних «Scopus» і фахових виданнях, має патент на корисну модель.

Також він є призером Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт і переможцем Міжнародної практичної конференції «Актуальні питання теоретичної та практичної медицини»; проходив стажування в Медичному університеті болгарського міста Плевен. Він – активіст студентського самоврядування та громадський активіст, брав участь у реалізації численних соціальних проектів.

Офіційну частину церемонії нагородження прикрашали чудові номери, які підготували колективи художньої самодіяль-

ності та солісти всіх інститутів і факультетів СумДУ.

За сценарієм було передбачено розважальні конкурси, що не давали нудьгувати і не залишали байдужими нікого з учасників заходу. В рамках заходу дизайн-студія ARTel moda, під керівництвом Лариси Ванеєвої, влаштувала показ своєї нової атмосферної та унікальної колекції. Танцювальний колектив навіть надав можливість навчитися танцювати танго. Хоч це і були лише кілька танцювальних па, всі очі могли на деякий час долучитися до ряду пар професійних танцівників.

Започаткована традиція стала однією з найочікуваніших та яскравих подій року та стимулом з'явитися у сяйві софітів новим обличчям. Адже будь-яка успішна праця має бути відзначена та заохочена.

Анна Карась



Білий вернісаж

Напередодні Нового року й Різдва в СумДУ відбулася концептуальна виставка новорічних ялинок ручної роботи

27 грудня в Конгрес-центрі відкрили виставку «Білим по білому». Мета проекту-знайти нестандартний підхід до оформлення новорічної ялинки. Без жорстких рамок, але з єдиною концепцією: ялинки повинні мати форму трикутної піраміди, а кольорова гамма – білим по білому.

Відкрили виставку маленькі гості з дизайн-студії «Артель-мода» та вокальний колектив «Росинки».

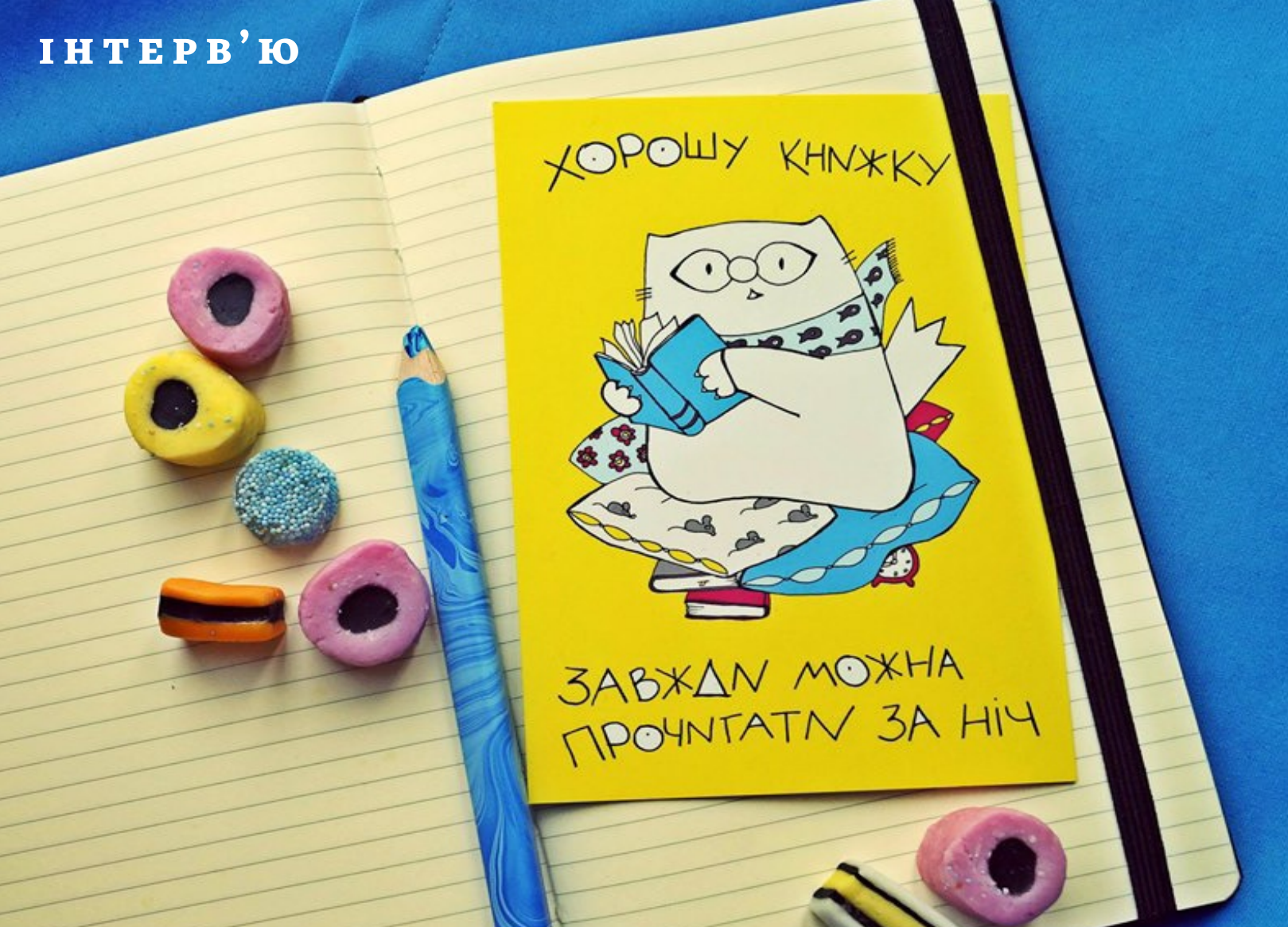
На вернісажі представлено 25 робіт, виконаних у різних стилях. Центральна, інтерактивна, ялинка під час відкриття стала об'єктом перформенсу. Учасники й гості прикрашали її авторськими листівками ручної роботи. Автори «білого дива»: Римма Миленкова, Надія Білокур, Марина Фенота, Вікторія Тарабан, Вікторія Калашникова, Ольга Бражник, Володимир Семерня, Ольга Ковалевська, Костянтин

Аленінський, Олексій Шалаєв, Тетяна Дудка, Тетяна Тарасенко, Оксана Юрченко, Олена Окунь, Світлана Огнева, Вікторія Ткаченко, Наталія Павліченко, Світлана Несвіт, Ольга Рагуліна, Любов Вознюк, Олена Лаврик, Наталія Гайкова, Тетяна Пантюх.

Усіх, хто зацікавився виставкою незвичайних ялинок, запрошуємо відвідати Конгрес-центр до 15 січня 2017 року.

Вікторія Тарабан

Фото Сергія Тихенка



Влучні «життєві істини» від Кота Інжира

Олена Павлова про кота Інжира й не тільки

Олена Павлова, авторка Кота Інжира, побувала у Сумах і передає вітання студентам. Дівчина малює симпатичного кота майже на щодень, ділиться зображеннями у соцмережах. Листівки з «уявним читакою» розлетілися всією Україною, вони є у багатьох книгарнях. Кіт і сам, як витвір мистецтва, як блискавка, влучає в ціль і залишається в пам'яті надовго. Але це тільки маленька крапелька з того, чим наповнені дні «парочки» Олена – Інжир.



Якщо ви впустите у своє життя кота – воно зміниться на краще, а якщо впустите Інжира – не помилитеся двічі.

-Кому або чому ви завдячуєте появі Котика Інжира?

– Своєму чоловікові, який не дозволив завести живого kota:) Жартую. Ми багато працюємо і подорожуємо, тож я розумію, що це було б знуцання над живою твариною. А так виникла ідеальна форма kota за даних умов – уявний мальований кіт. Це дуже зручно.

По-перше, він сам себе погодує і розважить, прибере за собою.

По-друге, якщо вдома хтось, тобто я, «нашкодить», завжди є на кого звалити. А потім про мого уявного kota дізналися друзі – і почалося: «намалюй мені», «заведи йому сторінку на Фейсбуці». А тоді вже дізналися всі. Зараз в Інжира більше френдів, ніж у мене:)

Також важливим фактором розвитку Інжира були його антидепресантні властивості.

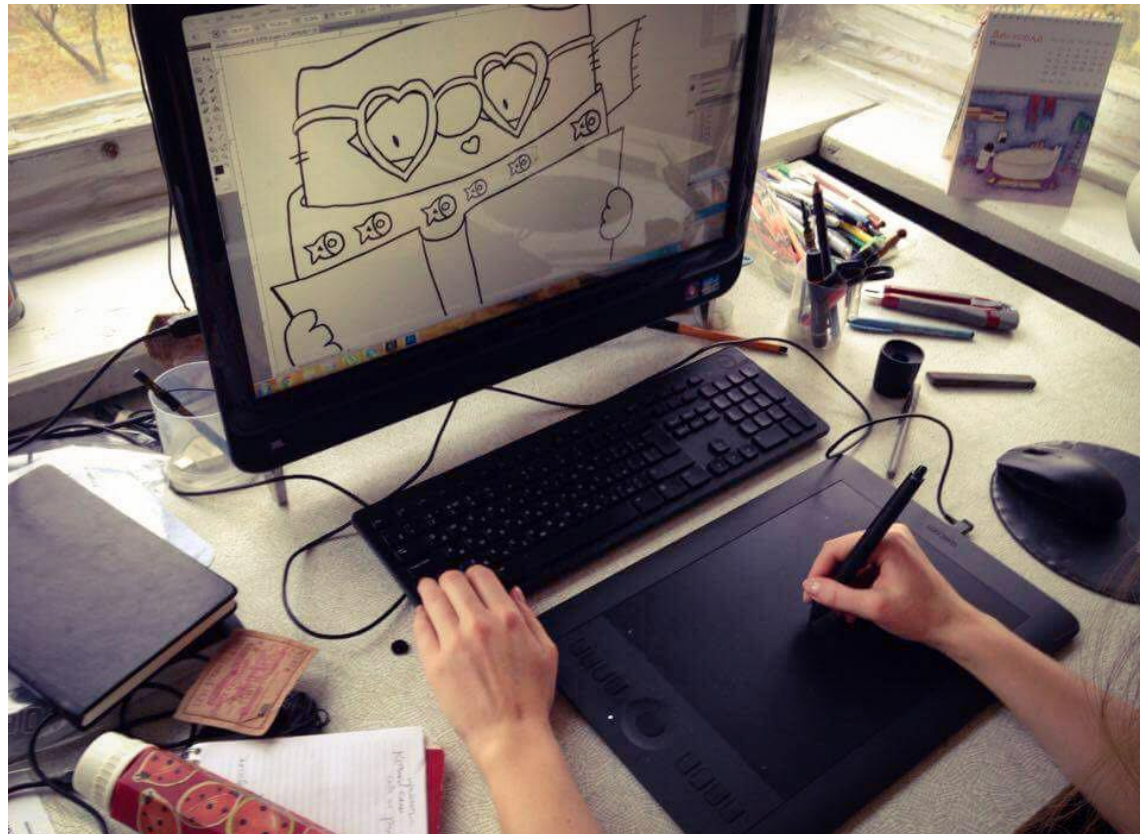
От сидиш узимку під кабінетом не найприємнішого лікаря, а щоб зовсім не здуріти від цього очікування, дістаєш блокнот і малюєш kota. Класного, товстенького. У козушку з вишиваними візерунками і зіркою для колядування у лапах.

Пан Інжир Марципанів, власною персоною. У цьому є щось шляхетне. І смачненьке.

І якесь тепло та свято з'являється. Головне, що ці антидепресантні властивості мають широку дію – впливають не тільки на мене. Відволіктися від халеп на роботі теж допомагало.

– Якби Коту треба було прізвище, яким би воно було і чому?

– Марципанів. Пан Інжир Марципанів, власною персоною. У цьому є щось шляхетне. І смачненьке. Або візьму подвійне прізвище Кардамон-Марципанів.



Робота над Котиком Інжиром

– Опишіть одним словом прихильників... фанів Кота Інжира.

– Класні. Я з ними маю щось спільне – любов до Інжира і книжечок, схоже почуття гумору. Остерігаюся тих, хто ніколи не постить котиків. А ці – класні.

– Що є для вас бібліотека? Чи часто там буває кіт, як читач?)

– Я вчилася в Могилянці, і вона перевернула моє ставлення до бібліотеки. Під час навчання просиджувала там днями.

По-перше, електронний каталог – не треба порпатися годину в аналогових шухлядках – одразу замовляєш потрібну книжку, навіть з іншого міста.

По-друге, у вільному доступі були настільки круті книжки і мистецькі альбоми, що неможливо було відірватися.

Там я навчилася концентруватися на сто відсотків, не зважаючи на інших читачів. Зараз у бібліотеках буваю рідше, але буваю.

Цього тижня, наприклад, заходила до бібліотеки Гьоте інституту, прочитала графічну новелу «Листи з України» італійського художника Ігорта. Історії про радянські репресії і голодомор. У нас її ще не видавали, а вона дуже крута, не одну статтю про неї читала. А тут приходжу – стоїть така на полиці.

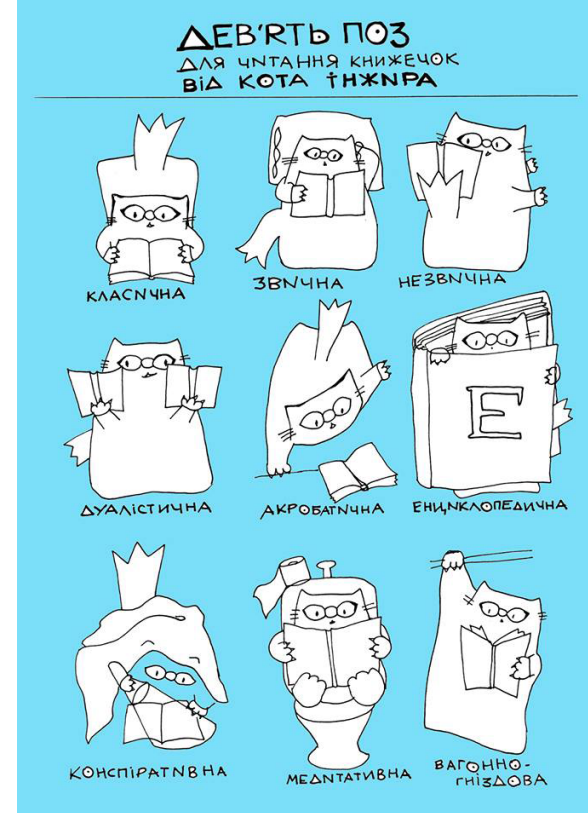
Кіт буває, як читач, постійно. Простих котів не завжди пускають, а уявним вхід не заборониш ніяк. В Інжира навіть є свій архітектурний проект бібліотеки – побудував будиночок з книжок, склеївши їх універсальним будматеріалом – скотчем.

– Як змінилось життя авторки ілюстрацій та висловів про/від Кота Інжира? Яким бачите подальший розвиток «котячого життя»?

– Мене почали називати Інжиром. Як не підведу очі – всі кажуть: «О! Це ти під Інжира нафарбувалася?»

А все тому, що малюю його з себе:)

Фото: сторінка Кота Інжира у FB: <https://www.facebook.com/Inzir/>



От сидиш узимку під кабінетом не найприємнішого лікаря, а щоб зовсім не здуріти від цього очікування, дістаєш блокнот і малюєш kota. Класного, товстенького.

Почали запрошувати на фестивалі вже не як журналістку, а як авторку. Дуже потішив браслетик учасника з написом «artist» на цьогорічному Гоголь-фесті, де вела майстер-клас з малювання коміксів для дітей від kota Інжира.

Після нас була подія Тараса Прохаська, тож я жартую, що Інжир був у Прохаська «на розігріві». Також я дізналася

багато чого про товщину паперу для друку, вивчила деякі нові функції фотошопу через прагнення постійно удосконалювати листівочки.

Подальший розвиток вимагає книжку, звісно. І писану, і мальовану. Але перспективною також видається комп'ютерна гра – у нас все-таки цифрове майбутнє.

Ірина Варламова



Історія розвитку аеробіки в УАБС

Історія команди зі спортивної та фітнес аеробіки в УАБС бере свій початок з 1998 року. За весь час склад збірних команд змінювався неодноразово.

Наша команда брала участь у змаганнях різного рівня, від чемпіонатів міста до всеукраїнських змагань. З кожним

наступним змаганням зростали і наші результати. Спочатку це були передостанні місця, як би нам не було прикро...

Всеукраїнська спартакіада серед студентів у 2000-му році в Запоріжжі стала нашим першим серйозним змаганням. У виді «Фітнес-аеробіка. Категорія – степ» було більше 30 учасників. Дівчата збірної ко-

манди виступили гідно, але посіли тільки 28 місце. Як кажуть: «Без поразок не буває перемоги!».

З кожним наступним змаганням зростала наша впевненість у своїх силах, ми набиралися досвіду, особливо коли приходилося змагатися зі спортсменами, які беруть участь у змаганнях європейського рівня.



Також маю зауважити, що у складі збірної команди не завжди були студентки, які займалися спортивною аеробікою, і спортом загалом. Але це не стало перешкодою для наших тренувань і досягнення поставленої мети. А метою нашою було найменше фінал Чемпіонату України! Так і сталося. Збірна УАБС стала четвертою у фіналі.

Нашими суперниками були збірні команди України, які виступають на змаганнях вищого рівня. Змагатися було складно, але надзвичайно цікаво. Достойні виступи достойної команди! Дівчата виступали у таких категоріях як «аеро-степ» і «аеро-денс», це види фітнес-аеробіки. У спортивній аеробіці більш складна програма з

Довідка

Винайшли спортивну аеробіку американські спортсмени Говард і Карен Шварц у 1983 році.

Аеробіка, як вид спорту, є складовою частиною фізичної культури.

У спортивній аеробіці застосовуються ті ж базові прийоми тренування, що і в складно-координаційних видах спорту – наприклад, спортивній, художній, акробатичній гімнастиці.

Фітнес-аеробіка вважається видом спорту, що вийшов з фітнесу, з елементами найпопулярніших і класичних напрямків: класичної аеробіки, степу, фанк / хіп-хопу. Важливий моментом, який відрізняє від занять професійним спортом і спортивною аеробікою, – фітнес-аеробіка не включає ризиковані і травмонебезпечні елементи і є складовою оздоровчих видів занять. Основною перевагою занять фітнес-аеробікою вважається можливість усебічного розвитку організму.

Як кажуть, «Без поразок не буває перемоги!», але з кожним наступним змаганням зростала наша впевненість у своїх силах, ми набиралися досвіду.

обов'язковими елементами, у яких висока техніка виконання, що потребує особливої підготовки, тобто на рівні майстрів спорту.

На завершення скажу, якщо Ви, шановний читачу, забажаєте займатися фітнес-аеробікою, то ми будемо раді вас бачити у складі нашої збірної команди!
Наталія Пертенко



Олександр Поліщук: Щоденник студента Erasmus. Частина 2

Вид з площі Сан Марко, м. Венеція на острів Лідо та острів Джудекка

Майже три місяці я живу в Італії, у місті Фоджа. Я не очікував, що адаптуватися до італійського життя, традицій, культури, щоденних практик буду так довго.

Наприклад, я довго звикав їсти спагеті щодня. Мені пощастило зустріти емігрантку з України, яка мешкає в Італії понад 15 років, розуміється на італійській кухні і не проти поділитися досвідом з молодим поколінням. Тож, по-перше,

вся справа в соусі. Соуси в Італії це напевно найдиверсифікованіша страва, про яку я коли-небудь чув. Соуси для пасти в Італії готують з усього, що є в холодильнику, на будь-який смак: рибні, м'ясні, вегетаріанські тощо. Саме завдяки соусу щоденні макарони здаються не такими вже й щоденними. Кожен раз новий смак. І я вважаю, це геніально.

По-друге, кожен вид соусу передбачає особливу форму, вид і розмір макаронів або спагеті. Ця вимога італійської кухні

для мене поки залишається високою, недосяжною матерією. Строга відповідність пасти й соусу – це закон в Італії, бо тільки так розкривається справжній смак італійської пасти. Перевагою є швидкість приготування страви: за півгодини маєш прекрасний обід без значних витрат.

Після трьох місяців життя тут вважаю, що найскладніше призвичаїтися до кухні, робочих годин усіх бізнес-структур у сфері обслуговування та продажів і, звичайно ж, унікальності італійців. Щоб відчути

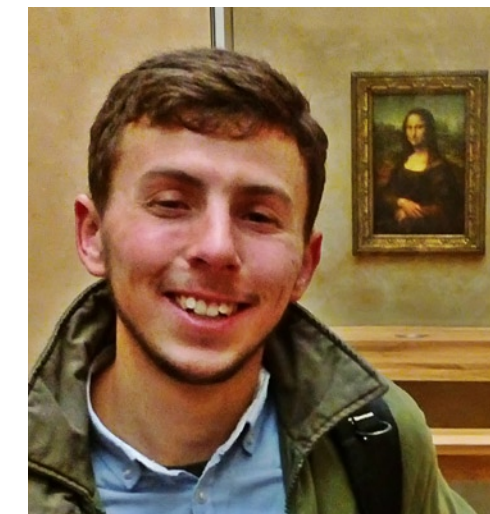
Найскладніше призвичаїтися до кухні, робочих годин усіх бізнес-структур у сфері обслуговування та продажів і, звичайно ж, унікальності італійців.



Колізей, м. Рим



Ранок в Венеції



Прекрасна «Мона Ліза»

себе справжнім середньостатистичним мешканцем італійського містечка, купив старий велосипед. Місто маленьке і дуже зручно бути на колесах. У перспективі його можна продати. Я ж постарався: перефарбував велик у білий колір – тепер як класичний ровер 60-х років минулого століття – до душі.

Тепер про навчання. Усі лекції читають італійською. Через це дуже складно ефективно проводити свій час на лекції. Завдяки лояльності до студентів Ерасмус, ми можемо не відвіду-

вати лекції. Як на мене, це дуже позитивно – я сам розпоряджаюся своїм часом. І загалом я краще засвоюю матеріал, коли працюю самостійно, без лектора. Мені подобається, коли на лекції точиться дискусія, іде обговорення теми, а не вступ до неї – начитка теоретичного матеріалу. Тому моя програма Ерасмус – здебільшого навчання вдома, самотужки.

Через три місяці відвідування курсів італійської мови я почав говорити з італійцями їхньою мовою, звичайно, як

Гріх було б прожити півроку в Італії і не відвідати найатмосферніших міст цієї країни – Рим, Венеція – і не побувати в найвідвідуванішому місті Європи – Парижі



У коридорах паризького Лувру



Собор Паризької Богоматері

емігрант зі східної Європи, з чітко вираженим акцентом: «я хотіти їхати до університет». Я сподіваюсь, що наступні три місяці допоможуть розібратися з деталями і я досягну успіху.

Наша Ерасмус-група доволі чисельна – 200 осіб. Я насолоджуюсь пізнанням кожної нової людини, яку зустрічаю тут. Вдячний долі за те, що мені погаланило знайти сусідів-ерасмусівців, які вчать в Академії мистецтв. Вони поселилися зі мною в одному будинку. Я

завжди захоплювався людьми мистецтва. Тепер кожного вечора у нас пісні, розмови на цікаві теми, жива музика... Я радий проживати ці моменти тут!

Скоро в університеті м.Фоджа екзаменаційна сесія, мій графік трохи змінився і виглядає так: ранішнє тренування, навчання, навчання, навчання, вечірня прогулянка, читання, сон. Я трохи хвилююся перед сесією, до речі, всі екзамени складаються усно (дякувати Богу, англійською!).

До цього графік був іншим: постійні подорожі, кожного тижня нові міста, нові історії, нові пригоди і знайомства. Гріх було б прожити півроку в Італії і не відвідати найатмосферніших міст цієї країни – Рим, Венеція – ну, і не побувати в найвідвідуванішому місті Європи – Парижі. Після трьох місяців життя в Італії можу напевне сказати, що мені дуже подобається ця країна.

Олександр Поліщук

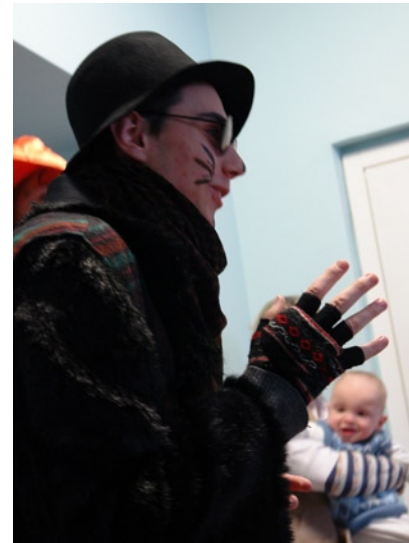
БЛАГОДІЙНІСТЬ



Фото: Альона Тонконіг

«Подаруй дітям казку»

Студенти УАБС, учасники театральної студії «Кураж», відвідали дитячу лікарню ім. св. Зінаїди в рамках благодійної акції «Подаруй дітям казку».





Організатори вручають сертифікат найкращому діджею вечірки



Найкращі діджеї міста створюють запальну музику



Студенти запалюють на танцювальному майданчику



Пульт діджея — його головна зброя

Найяскравіша подія листопада

«Від сесії до сесії» студенти живуть цілком весело та навіть встигають відзначити безліч свят. І, звичайно ж, одне з найулюбленіших – День студента.

Коли була школяркою, завжди уявляла студентське життя, різні вечірки, заходи студентського самоврядування та життя студента в цілому.

Я завжди вважала, що студенти живуть «на повну», посправжньому веселяться, отримують від життя все, не бояться відступати від банальних правил і завжди пробують щось нове. Згодом особисто у цьому переконалася на всі 100% ! Не-

щодавно відбулася грандіозна вечірка за участю більш ніж 1000 студентів вишів нашого міста. 17 листопада на найбільшому майданчику міста, в легкоатлетичному манежі «УАБС» зібралися найкращі студенти СумДУ, СНАУ, СумДПУ, УМВС, машинобудівного коледжу СумДУ, коледжу харчових технологій, коледжу СНАУ, серед яких була і я, для того, щоб відсвяткувати своє «професійне» свято - День студента.

На заході такого масштабу я

Фото: Юрій Волк та Євген Лобов

була вперше і, як мені здається, порівняти його можна хіба що з Днем міста Суми, де збираються заледве не всі жителі. Щодо самої вечірки в манежі скажу, що атмосфера була дійсно святковою.

Отож, пропоную переглянути найяскравіші фото з вечірки та згадати, як все було.

Інна Соловей



Тайм-аут перед іспитами

Якщо святкувати, то тільки гучно, весело і не лише в Манежі. Наші студенти саме з тих, хто ламають усі стереотипи та обирають яскраве, багатогранне життя, живуть тут і зараз, зупиняючи мить!

Фото:
Євген Лобов

Зазвичай, День студента проходить дуже весело і гамірно з різними конкурсами, адже після нього починаються сесії, і це свято є своєрідним тайм-аутом перед іспитами. Такий маленький відпочинок студентам ННІБТ «УАБС» СумДУ влаштували організа-

тори вечірки з нагоди Дня студента в одному з топових закладів міста - «Маринаді». «Нічний клуб «MARINAD» позиціонує себе як досить стильний заклад, з гарним смаком, тобто заклад для таких людей, якими все життя вважалися студенти УАБС. Тому і вибір пав саме на цей клуб», - говорять організатори вечірки про місце

проведення. З відгуків студентів, які поринули в особливу lounge атмосферу, насичену приємним саундом танцювальної музики, можна з упевненістю сказати, що студенти «помаринувалися» на славу! Підтвердженням цього є чудові фото з цього івента.

Інна Соловей



Інтеграл як центральне поняття культурного життя СумДУ

Запальний виступ першокурсників ННІ «УАБС» на «Золотому інтегралі»

Інтеграл — центральне поняття інтегрального числення, узагальнення поняття суми для функції, визначеній на континуумі. ЩО? Що за маячня? А-а-а-а, ви, напевно, не з СумДУ.

Інтеграл. За традицією, всюди це слово сприймається як важке, пов'язане з математикою, страшними числами та аналізом (і це пише студентка інституту бізнес-технологій, в якому на будь-якій спеціальності вища математика є обов'язковим предметом для вивчення). Всюди. Де завгодно, але не в Сумському державному університеті.

Тут студенти сприймають «Інтеграл» як мегаконкурс

та талантів та випробування сценою. Для когось – це можливість знайти нову студентську компаху, отримати нові знайомства, для когось – показати власні таланти або навіть знайти себе, комусь, уже впевненому в собі, важливе самоствердження.

Проте, цей конкурс, насамперед, об'єднує, породжує спільну справу, дає змогу розкритися, здивувати, перевершити власні очікування. Тут немає покинутих напризволяще, нещасних першокурсників, немає нездар,

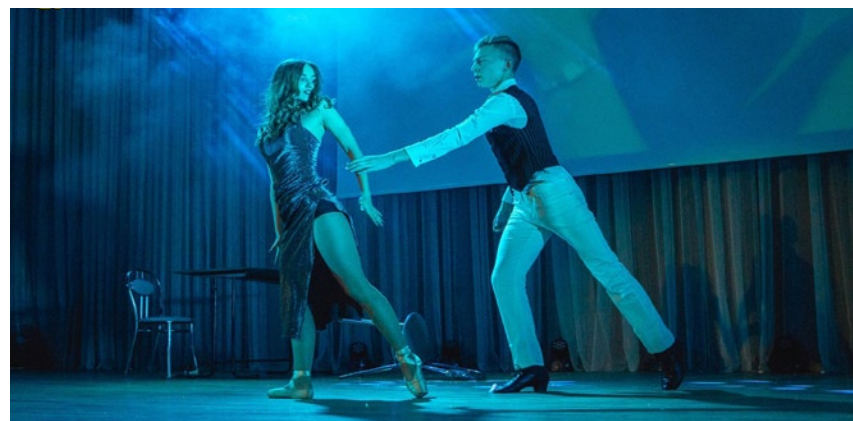
є тільки живчики, які вірять у себе, свої сили та перемогу.

Конкурс проходить на дуже високому рівні, до нього готуються з перших днів вересня. Хто б міг подумати, що концентрація талантів у СумДУ така висока. Зазвичай факультет, який здобув перемогу, явно залишився без кубка в минулому році, ну, і, звичайно, ніяк не обійтись без «Все несправедливо, судді куплені!» - це ті, хто «недотягнули».

УАБС уперше взяв участь у цьому конкурсі і дізнався «що



«Давай абстрагуємося від всіх та будемо закохуватись в шаурму»



Пристрасть у танці

Фото: Сергій Ермоленко, Vilena Lion, Тетяна Ермоленко.

воно таке і з чим його їдять». Затурканих, недоспаних, без особливого бажання щось робити нас зібрали в актовій залі і як першачкам поклали в голови «Треба? Будете!»

От тоді й почалось наше веселе передінтегральне життя. А, ні, брешу, ми ще місяць страждали незрозуміло чим, щоб врешті-решт галопом, за 2 тижні створити бомбу масового ураження, тобто враження. Кожного дня ми приходили на репетиції не з однією думкою, а з трьома питаннями:

«Як не згнъбитися», «Коли це закінчиться?», «Куди піти, у «Спортлайн» чи «Асторію» після «Інтегралу?».

Як для першого разу, думаю, ми зовсім таки нічогенькі результати показали і навіть здобули перемогу в деяких номінаціях, а саме: диплом переможця в номінації «Художнє читання» вручений Ксенії Чурай (Кисельовій) та диплом переможця «Естрадний вокал. Соло» одержала Єлизавета Монро (Опанасенко). І все це «міжнародники», зосереджен-



Витончений образ Мерлін Монро



В джазі тільки дівчата?

ня талантів.

Ще раз вітаємо дівчат, а також усю команду «інтегралівців», які давали обіцянку готувати наступного року першокурсників, бо вже шарять, що і як, учинимуть на власних помилках.

Час закінчувати статтю... якравими фоточками, яких, до речі, було, ох, як не мало, тож висновок один, «Інтеграл» – це ще й подія, яка дарує людям нові аватарки в соцмережах.

Анжеліка Гончар

Астрологічний прогноз від Владислава Гриця на 2017 рік

Сміливі ідеї та колосальні успіхи! Кожна ініціатива матиме свою нагороду!



У новому 2017 році не час сидіти склавши руки.

Попрощавшись з минулим, настала пора сміливо діяти та проявляти ініціативу. Вогняний півень пророчить попутний вітер у вітрила всім творчим та наполегливим відчайдухам!

Особливо його вплив відчують знаки, які перебувають під покровительством ВОГНЯНОЇ стихії.

ПОВІТРЯНІ знаки також знайдуть спільну мову з володарем року і можуть розраховувати на його прихильність.

Знакам ВОДНОЇ стихії пощастило менше, адже в тандемі з вогнем їхнє життя буде схоже на окріп, який може як зігріти, так і ошпарити.

Стихія ЗЕМЛІ не готує своїм знакам неочікуваних сюрпризів.

Для нашої альма-матер у перші півроку можливі зміни в управлінні та структурі. Важливо, не піддаватися на провокації, знаходити інші шляхи та нових людей.

Очікується нова хвиля студентської активності, яка матиме якісно новий рівень та дозволить за правильною та цілеспрямованою підтримки адміністрації отримати високі наукові, творчі та суспільні досягнення. Все в наших руках.

Успіхів вам у новому та великих звершень!



Овен

У такому насиченому темпі життя важливо не забувати про відпочинок, а в роботі знати міру, аби не почуватися повністю виснаженими.



Терези

Користуйтеся моментом і спрямовуйте свої натхнення, енергію та позитивний настрій у правильне русло. Час пошуку нових знань, наставників та самого себе.



Рак

Період, коли потрібно постійно рухатися вперед. Якщо будете швидко приймати рішення – можете розраховувати на фінансовий та творчий успіх.



Козеріг

Вас очікує стабільність. Ділова активність буде змінюватися заслуженим відпочинком. У кар'єрі передбачає стрімке просування вперед.



Лев

Ваша комунікабельність особливо сприятиме професійним успіхам. Самотні представники цього знаку обов'язково знайдуть собі пару. Не ховайте свою привабливість від оточуючих.



Водолій

Невгамовні шукачі пригод, все, за що б ви не взялися, вам під силу! Але краще правильно розставити пріоритети та зайнятися тим, що принесе не тільки вигоду, але й емоційне задоволення.



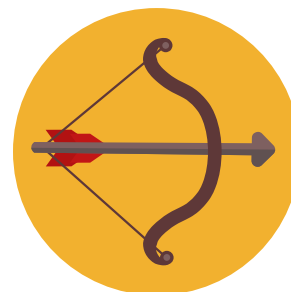
Скорпіон

Отримуйте задоволення від життя. Шукачі за природою, не впадайте в депресію через надмірну стабільність.



Телець

Фінансові успіхи дозволять приділити час творчості. Важливо зберігати позитивний настрій, адже темп року трішки швидший ніж ваше звичне життя.



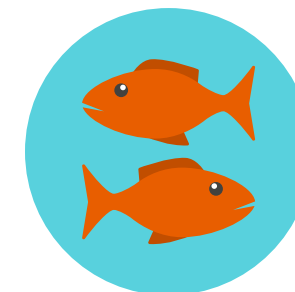
Стрілець

Для вас важливо буде прийняти серйозне рішення та зробити правильний вибір, аби впевнено рухатися вперед.



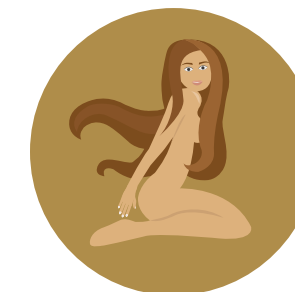
Близнюки

Звична робота буде успішною, якщо ви застосуєте своє креативне мислення. Оточуючі та кохані люди чекають від вас більше сміливості та рішучості. Не бійтеся зізнаватися у своїх почуттях, вони можуть виявитися взаємними.



Риби

Рік важливих та різких змін у житті. Дуже важливо не боятися й сприймати їх як належне, використовувати по максимуму всі наявні можливості. Самотні риби нарешті знайдуть собі пару.



Діва

Буде не зайвим планування, аби розподілити свої сили на весь рік. Інакше можете почувати себе стомленими.



Академікс

«Академікс» №11-12 (140) 30.12.2016

Свідоцтво про реєстрацію КВ № 5767 від 18 січня 2002 року,
видане Державним комітетом інформаційної політики,
телебачення та радіомовлення України.

Засновник: Державний вищий навчальний заклад «Українська
академія банківської справи Національного банку України»

Редакційна колегія: Алла Ярова, Тарас Савченко,
Ірина Дьяконова, Людмила Гнаповська, Сергій Побожій,
Сергій Хвостов, Сергій Тихенко, Альона Тонконіг,
Ірина Неващенко, Наталія Петренко, Дмитро Растворцев.

Студентська редакція: Зоя Попова, Валерія Речембей,
Інна Соловей, Ольга Гурічева, Олександр Поліщук,
Анна Карась, Анжеліка Гончар

Адреса: м.Суми, вул. Першотравнева, 9.

E-mail: academix@i.ua



Щасливого нового року!