

Учреждение образования «Светлогорский государственный индустриальный колледж»

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ:

- Победители акции «Вопрос месяца».
- Праздники в январе.
- Советы психолога: Готовимся к сессии. Антистрессовая терапия.
- Студенческие приметы.

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

1 декабря 2016 года - 1
Всемирный день
борьбы со СПИДом

Конкурс агитбригад 1
«Цените жизнь – она
одна. Молодежь против
СПИДа».

Конкурс агитбригад 2
«Цените жизнь – она
одна. Молодежь против
СПИДа». Продолжение

Советы психолога: 3
Готовимся к сессии.
Антистрессовая тера-
пия.

Студенческие приметы 3

Праздники в январе 3

1 декабря 2016 года - Всемирный день борьбы со СПИДом

1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом. Этот день приобрел статус ежегодного события во всех странах мира и демонстрирует международную солидарность в противодействии эпидемии ВИЧ-инфекции. Согласно глобальной статистике Объединенной программы Организации Объединенных Наций по ВИЧ/СПИДУ (ЮНЭЙДС), на планете живет более 36 миллионов человек, инфицированных ВИЧ. Эпидемия сконцентрирована в основном в группах населения с высоким риском заражения ВИЧ (потребители инъекционных наркотиков, женщины, вовлеченные в секс-бизнес, мужчины, имеющие сексуальные отношения с мужчинами) и среди их половых партнеров.

В Республике Беларусь с ВИЧ-положительным статусом проживает около 17 тысяч человек. Показатель заболеваемости ВИЧ-инфекцией за 10 месяцев

2016 года составил 20,8 на 100 тысяч населения, и сопоставим с показателем аналогичного периода 2015 года (19,9 на 100 тысяч населения). В стране в основном превагирует половой путь передачи ВИЧ - 72,6% случаев. Чаще всего случаи



ВИЧ-инфекции выявляются в возрастной группе 40 и старше лет – 33,6%, второй по значимости является возрастная группа 30-34 года – 24,2%.

Государственная система здравоохранения обеспечивает максимальную доступность к консультированию и тестированию на ВИЧ-инфекцию. Пройти тестирование, в том числе и

анонимное, можно в процедурном кабинете отдела профилактики ВИЧ/СПИД ГУ «Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья». В течение декабря в рамках республиканской акции проводится экспресс-тестирование на ВИЧ. Для наиболее уязвимых к ВИЧ-инфекции групп населения в стране созданы дополнительные условия для тестирования и консультирования на базе анонимно-консультационных пунктов общественных некоммерческих организаций.

Всем ВИЧ-позитивным пациентам, если у них есть показания к назначению специфического лечения, бесплатно предоставляются лекарственные средства для антиретровирусной терапии. Вовремя начав лечение антиретровирусными препаратами и следуя всем указаниям врача, люди, живущие с ВИЧ, могут прожить долгую и полноценную жизнь.

Конкурс агитбригад «Цените жизнь – она одна. Молодежь против СПИДа».



Простая вещь – петелька из отрезка ленты красного цвета. Этот символ придумал художник Франк Мур в апреле 1991 года.

Первоначально алая ленточка, приколотая к груди, означала принадлежность к кругу людей, объединившихся вокруг проблемы СПИДа, в основном это были художники и другие люди искусства, стремившиеся направить свои силы и талант на борьбу с эпидемией.

Позже ленточка цвета крови стала всемирным символом борьбы со СПИДом и соли-

дарности с теми, кого затронула эта проблема. Это символ протеста против невежества, против дискриминации ВИЧ-позитивных людей.

Алая ленточка стала неременным атрибутом эмблем всех организаций и сообществ, занимающихся проблемами лечения и профилактики ВИЧ-инфекции/ СПИДа, а так же защиты прав ВИЧ-позитивных людей.

5 декабря 2016 на базе колледжа прошел конкурс агитбригад «Цените жизнь – она одна. Молодежь против СПИДа». Целью данного мероприятия было повысить уровень информированности подростков о

ВИЧ/СПИДе, способствовать формированию у подростков навыков ответственного отношения к своему здоровью, способствовать развитию коллективизма, терпимого отношению к окружающим.

Учащиеся всех групп 1 курса достойно подготовились к мероприятию, которое проходило в актовом зале колледжа. Жюри конкурса оценивало выступление по нескольким конкурсам. Победители были отмечены призами, предоставленными организацией «Красный Крест», представители которой присутствовали на мероприятии и были членами жюри.

Продолжение на стр. 2.

КОНКУРС АГИТБРИГАД «ЦЕНИТЕ ЖИЗНЬ-ОНА У НАС ОДНА. МОЛОДЕЖЬ ПРОТИВ СПИДА».

Здоровый я - здоровая страна!



Знать, думать, помнить, жить !!!



Моя жизнь—в моих руках!



СПИДУ - нет, жизни - да!

Выступление команды– победительницы. Группа ЭЛ-34-16. Поздравим ребят с успехом!!!

ВИЧ знает о тебе всё. А что ты знаешь о нём?

ВИЧ/СПИД намного страшнее других болезней благодаря его возможности обходить иммунную систему и затем разрушать её.



Второе место у ребят группы КТШИ-42-16. Учащиеся покорили жюри своими номерами и обаятельностью.



Третье место в непростой борьбе заняли учащиеся группы ХТОВМИ 04-16. Как всегда ребята этой группы показали уверенность в себе, собранность и ответственное отношение к делу!



В некоторых странах уровень заражения СПИДом составляет более 15% населения



Хорошим было выступление команды группы ОЭЖД 01-16. Ребята показали неплохие знания по данной проблеме и неплохо держались на сцене!

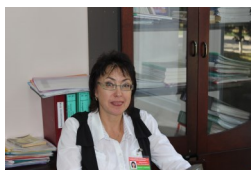


Молодцами держались участники команды группы С-104 –16. было видно, что ребята готовились и старались показать свои знания и умение публично выступать.



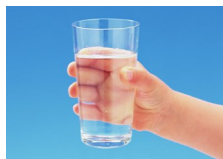
СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: ГОТОВИМСЯ К СЕССИИ. АНТИСТРЕССОВАЯ ТЕРАПИЯ.

Первый друг – стакан воды.



Вспомните свое состояние в момент стресса: ладони влажные, на лбу испари-

на. Это неслучайно и небезопасно. Ваш организм резко обезвоживается. Но нервные процессы происходят на основе электрохимических реакций, а для них необходимо достаточное количество жидкости (попросту говоря, воды). Недостаток же её снижает скорость нервных процессов. Следовательно, если вам предстоит важная встреча, выступление перед большой аудиторией,



сделать, – это выпить несколько глотков воды. Уверяю вас, что питье воды перед контрольной или уроком, на котором предстоит объяснение трудного материала, должно стать нормой жизни, и для студентов, и для преподавателей. Надо сказать, что не всякое употребление воды работает на благо нервной системы. В частности, всю воду, выпитую во время еды, организм тра-

тит на пищеварение. А если вы хотите выпить воды именно в антистрессовых целях, нужно пить её или за двадцать минут до, или через полчаса после еды. Лучше всего минеральная вода (газированная или нет), потому что содержит ионы калия или натрия, участвующие в электрохимических реакциях организма. Полезен в борьбе со стрессом и зелёный чай. А вот сладкие, газированные напитки не только в борьбе со стрессом бесполезны, но даже вредны.

Педагог-психолог – Парахневич И.В.

СТУДЕНЧЕСКИЕ ПРИМЕТЫ

Как известно, результат сдачи экзамена напрямую зависит от уровня подготовки. Но за давнюю историю студенчества сложился ряд обычаев и примет, помогающих получить оценку как можно выше при любых знаниях. Согласитесь, все на время сессии становятся несколько суеверными. Итак...

1. Накануне экзамена нельзя мыть голову. Можно смыть все знания.
2. Для «самостоятельного» проникновения знаний в голову, перед сном кладут учебник или конспект под подушку.
3. В день экзамена не заправляют постель.
4. На экзамен не надевают новой одежды. Лучше одеть ту, в которой в прошлый раз была получена хорошая оценка.
5. Билет тянут левой рукой. Советуют брать тот, который первым попался на глаза. Не выбирать – может не повезти.
6. День экзамена – «левосторонний»! Всё надо делать левой рукой и левой ногой (первый шаг). Но заходить в аудиторию надо с «любимой» ноги.
7. Для студентов счастливым числом считается – 5. Поэтому рекомендуется заходить в аудиторию следует по счету кратному 5: 5, 15, 20, 25...
8. Советуют положить медную монетку в левый ботинок.
9. На экзамене держат при себе талисман. Для большинства лучший талисман – шпаргалка.
10. Во время сдачи просят кого-нибудь поругать заочно или скрестить пальцы за сдающего.
11. Для успешной сдачи экзамена необходимо подержаться за человека, только что сдавшего его на «отлично».
12. Во время сдачи экзамена не показывают никому свою зачётку, чтобы не сглазили.
13. Чтобы узнать номер билета или вопроса, который достанется, попросите назвать любое число беременную женщину.

Конечно же, всё сказанное выше – просто суеверия! Ведь главное – знания! Но многим эти приметы – ритуалы помогают, хотя бы в поддержании психологической формы. Желаем успеха!

ПРАЗДНИКИ В ЯНВАРЕ...

Зімой у лесе

Глягла ж цішыня
У бары за гарой, –
Каб дравінка адна
Хоць кінула сабой.

Снег пушаны залёг
На галінах сасон,
І чарнобель, і мох
Атуліў сабой ён...

Я. Купала

1 – Новый год
1 – Всемирный день мира
7 – Раство Хрыстова
(праваслаўнае Раство)
11 – День заповедников и
национальных парков
11 – Всемирный день
«спасибо»
17 – День детских
изобретательств
19 – Дзень выратавальніка
Беларусі

21 – Международный день
объятий
22 – Всемирный день снега
(Международный день
зимних видов спорта)
23 – День ручного письма
25 – День студентов
(Татьянин день)
27 – Международный день
памяти жертв Холокоста
29 – День мобилизации про-
тив угрозы ядерной войны

29 – Дзень беларускай навукі
(апошняя нядзеля студзеня)
29 – Международный день
без Интернета

Внимание!!!
2017 год
объявлен
годом
НАУКИ!!!

Уважаемые коллеги! Уважаемые учащиеся!

2017



Каждый прожитый день приближает нас к началу нового года. Этот праздник, пожалуй, единственный общий праздник для всех людей на планете. Он объединяет в одном стремлении к чему-то новому и прекрасному, наполняет верой в благополучие и надеждой на счастье. Как было бы хорошо сохранить это праздничное настроение и состояние души на весь год. Мы желаем каждому оставить в душах своих учеников всё лучшее, что было накоплено вами в течение жизни. Не жалейте себя на этой благородной работе и тогда понимание, уважение и любовь подопечных придёт к вам. А учащимся, в свою очередь, хочется пожелать с каждым днём учёбы получать максимум знаний и практических навыков в овладении своих будущих профессий, опираясь на жизненный опыт, профессиональное мастерство и знания своих наставников, ма-

стеров производственного обучения и преподавателей, беря от них всё лучшее, что есть. Относится с пониманием к их трудной работе, и всегда пытаться из любой нестандартной или конфликтной ситуации найти достойный и правильный выход. Успехов вам в выполнении этой задачи! Мы желаем, чтобы 2017 год принёс вам много радостных минут, больше вдохновения и творческого подъёма в работе, тёплых встреч и лучших отношений с окружающими, а также крепкого здоровья, удачи во всех ваших делах, радости на жизненном пути и благополучия. Мы желаем вам не бояться трудностей и с оптимизмом смотреть в будущее. Верьте в лучшее и всё будет хорошо! С Новым годом! С новым счастьем!



Редакционная коллегия газеты
«Десяточка»

Победителем акции «Вопрос месяца» стал учащийся группы СЭРФ-25-14 Иванов Александр Андреевич.

Акция продолжается...

АКЦИЯ «ВОПРОС МЕСЯЦА»

Откуда пришла «собачка» @?

Победителем будет тот, кто пришлет наиболее полный ответ на данный вопрос. Ответы на вопрос можно приносить в аудитория 28Л преподавателю Дякиной-Филипчик Н.А., либо присылать на почту filipchik_n@mail.ru Бонус—+3 балла к текущей отметке.

Ответы будут приниматься до 15 января. Следите за рубрикой и вы узнаете вопрос следующего месяца и бонусные баллы за него.

УЛЫБНУТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО... (ИЗ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ)

1. У студента есть 2 состояния: Есть и спать. Но есть еще и третье - сессия: когда не есть и не спать.
2. И был день. И была ночь. И пришла сессия. И живые позавидовали мертвым.
3. Только во время сессии и узнаешь, что в Интернете есть не всё...
5. Сессия: ем быстро, сплю мало, в интернете сижу с чувством стыда.
6. Как же я люблю фразу «ладно, давай сюда зачетку».
7. Сдал сессию? Верни отцу подзатыльник.
8. На экзамене мы все же ждали, что сейчас ворвется Бетмен и всех спасет.
9. Настоящий студент — это не тот человек, который задается вопросом, какой сегодня экзамен, а тот, который интересуется у народа, че за экзамен он сегодня сдал.
10. Вряд ли наши родители 20 лет назад могли предполагать, что подготовка к экзамену будет представлять собой фотографирование конспекта телефоном.
11. Примета: если во время сессии экзаменаторы смеются над вашими ответами — это к армии.
12. Дорогой Дедушка Мороз! Помоги мне пожалуйста сдать зимнюю сессию, т.к. сдать её нам поможет только чудо!
13. Осень наступила — высохли цветы, сессия наступит — высохнешь и ты.)



Светлогорский государственный
индустриальный колледж
Редакция газеты «Десяточка»
Адрес редакции:
г. Светлогорск,

ул. Шоссейная, 10

Мы в интернете:

<http://sgik.of.by>