

Газета Санкт-Петербургского государственного университета телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича



ВЯЗИСТ. SPB

svjazist.spb.ru

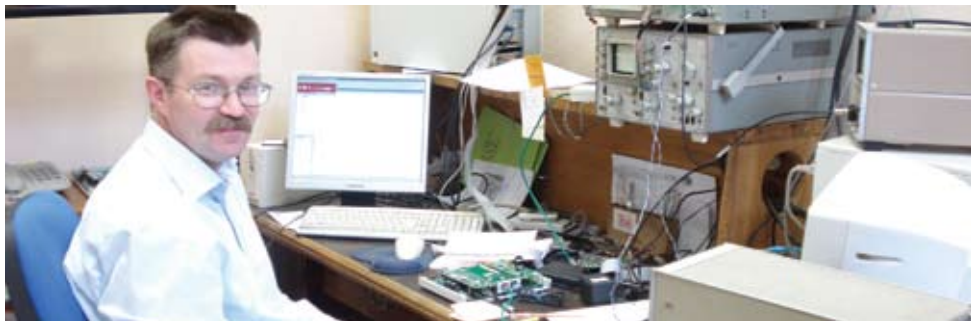
март 2008

№ 2 (30)



ПОДАРКИ ВЕСНЫ

40 лет ОНИЛВУ



1 января 2008 года исполнилось ровно 40 лет с момента основания Отраслевой Научно-Исследовательской Лаборатории Вторичного Уплотнения (ОНИЛВУ) в нашем университете. Исторически областью деятельности лаборатории является создание аппаратуры передачи цифровых сигналов по каналам ТЧ аналоговых и цифровых систем передачи.

Лаборатория была организована приказом Министерства связи СССР от 29 июля 1967 года в целях развития научно-исследовательских работ в области ЕАСС. Одним из основателей лаборатории и ее научным руководителем в течение

многих лет был кандидат технических наук Пономарев Владимир Иванович. Основным научным направлением лаборатории является разработка теоретических основ, математического обеспечения и инженерных решений устройств передачи дискретных сообщений по частотно-ограниченным каналам с межсимвольной интерференцией в условиях высокой априорной неопределённости. К ним относятся каналы и тракты многоканальных систем передачи с частотным разделением каналов, спутниковые и оптические каналы, физические линии связи и другие.

За 40 лет сформировалась научная школа ОНИЛВУ. Сотни научных публикаций и изобретений сделаны сотрудниками лаборатории.

Среди важнейших теоретических достижений следует назвать:

- теорию приёма сигналов со стиранием;
- теорию адаптации корректоров сигнала;
- теорию формирования спектра сложных составных сигналов;
- развитие теории субоптимального приёма сложных составных сигналов в условиях межсимвольной интерференции;
- синтез алгоритмов совместного различения и нелинейной фильтрации параметров сложных составных сигналов;
- развитие теории каскадных сигнально-кодовых конструкций;

-развитие теории рекуррентного декодирования каскадных сверточных сигнально-кодовых конструкций;

-развитие теории синхронизации демодуляторов при высокоскоростной передаче дискретных сообщений.

Название лаборатории не изменилось и по сей день. Долгие годы со дня основания руководил лабораторией кандидат

технических наук Перфильев Эдуард Петрович, ныне её возглавляет Виктор Михайлович Нечаев. Среди последних разработок лаборатории являются высокоскоростной модем для аналоговых систем передачи, позволяющий доставить Интернет в отдаленные районы страны, и многоканальное устройство сжатия цифровых сигналов.



Обучение в целевой магистратуре обеспечивает молодёжь интересной работой и высоким денежным содержанием

В октябре 2007 года депутаты Государственной Думы Федерального Собрания РФ приняли закон о введении двухуровневой системы высшего профессионального образования в России. Как первый уровень - бакалавриат, так и второй уровень - магистратура имеют отдельные государственные образовательные стандарты и самостоятельную итоговую аттестацию. На первом уровне - бакалавриате будут готовить студентов к работе в производственной и социально-экономической сферах. В магистратуре будут готовить специалистов, ориентированных на деятельность, требующую аналитических, проектных знаний и навыков, а также на научно-исследовательскую деятельность.

Одним из международных достижений, связанных с реализацией двухуровневой системы ВПО, является участие России в создании единого образовательного профессионального пространства, единой системы высшего образования в Европе, это расширяет практику студенческих и преподавательских обменов и превращает университеты, участвующие в создании единого европейского образовательного пространства, в представителей мировой интеллектуальной элиты.

В перечне направлений подготовки (специальностей) высшего профессионального образования, который был утверждён приказом Минобрнауки РФ от 12.01.2005 г., № 4, для магистров выделен код квалификации - 68. Под этим кодом в направлении «экономика и управление» введены специальности «Магистр коммерции», «Магистр менеджмента», «Магистр статистики», «Магистр бизнес-информатики», «Магистр прикладной информатики». В то же время такие направления, как «Приборостроение и оптотехника», «Электронная техника, радиотехника и связь», «Информатика и вычислительная техника» под кодом квали-

фикации 68 специальности обобщены термином «Магистры техники и технологий».

Приказом Минобрнауки РФ от 22 марта 2006 г. № 62 установлено, что образовательные программы высшего профессионального образования специализированной подготовки магистров должны:

- предусматривать подготовку с 1 сентября 2006 г. магистров по одному или нескольким видам деятельности: научно-исследовательской, научно-педагогической, проектной, опытно - и проектно-конструкторской, технологической, исполнительской и творческой (в сфере искусства), организаторской и другим, которые отражаются в требованиях к уровню подготовки выпускника при формировании основных образовательных программ высшего профессионального образования;

- размещать с 1 января 2007 года на сайтах образовательных учреждений высшего профессионального образования требования к уровню подготовки, учебный план, рабочие программы дисциплин и практик, учебно-методическое и кадровое обеспечение для повышения информированности поступающих и обмена опытом между вузами.

Желание бакалавра, имеющего диплом по телекоммуникационной специальности, стать магистром по этой же специальности должно базироваться на стремлении заниматься научной работой и изучать дисциплины, носящие прикладной характер, связанный с их востребованностью в дальнейшей профессиональной деятельности магистра.

В СПбГУТ уже более десяти лет готовят магистров по различным специальностям. Доцент каф. ЭКП и доцент каф. ТЭД и А Эрнест Юрьевич Селдышев выдвинут на должность помощника ректора университета по направлению «Магистр техники и технологий» целевой магистратуры. Его опыт позволяет оценить основные преимущества

подготовки магистров-целевиков:

- магистр оформляется на работу на предприятие, которое выплачивает ему заработную плату, а также плату за его обучение в университете;

- все учебные планы магистра согласовываются с предприятием, а научная работа магистра объединяется с его основной работой на предприятии. Трудности возникают у руководителей и преподавателей, занимающихся обучением магистров при условии их постоянного делового контакта с представителями предприятия, что приводит к необходимости модификации учебных планов и программ подготовки магистров. Направление «Твердотельная электроника и устройства» курирует Э.Ю.Селдышев. В 2007 году по указанному направлению было подано заявок на 17 человек такими

ведущими предприятиями, как «Красная заря», «Авангард», «Светлана» и другими для работы в режиме магистр - целевик. Оформлено было 10 бакалавров.

Какие напрашиваются выводы:

- целевая магистратура делает переход специалиста к производственной деятельности более плавным и привлекает молодёжь для работы на предприятиях ВПК;

- научным руководителям и преподавателям целевой магистратуры приходится труднее, чем преподавателям, занимающимся по базовым программам, так как предприятие достаточно жёстко требует при подготовке своих специалистов корректировки программ обучения;

- целевая магистратура даёт возможность дополнительного привлечения средств в бюджет СПбГУТ.

«День карьеры»

5 и 6 апреля 2008 года с 11.00 до 18.00 в Центральном музее связи имени А.С. Попова состоится второй общегородской проект «День Карьеры'08: в поиске талантов». В нём примут участие около 70 крупнейших компаний-работодателей и более 10 000 студентов, выпускников и молодых специалистов, желающих не только найти работу, но и начать строить свою карьеру.

Посетители проекта «День Карьеры» смогут:

- ознакомиться с вакансиями и требованиями компаний-участников;
- пройти собеседование и оставить своё резюме;
- лично пообщаться с менеджерами компаний;
- посетить презентации работодателей;
- принять участие в мастер-классах, целью которых является повышение знаний студентов в различных профессиональных областях;
- узнать о возможностях прохождения стажировок в крупнейших компаниях;
- начать строить свою карьеру.

Партнёрами и участниками выставки выступают крупнейшие компании, лидеры в своих областях: McKinsey & Company, BAT, Motorola, Филип Моррис Ижора, Филип Моррис Сэйлз энд Маркетинг, Coca-Cola, JTI Petro, General Motors, DHL, I-Free, Тройка Диалог, КЕЙ, Лента, Ford, HeadHunter, Exigen Services StarSoft, Kelly Services, Элита и др.

Организатором проекта является компа-

ния «Convention Bureau», руководителями которого являются четыре молодых человека. Результаты первого проекта «День Карьеры» свидетельствуют о высоком уровне профессионализма компании, а также доказывают высокую заинтересованность студентов и компаний-работодателей в проектах подобного уровня.

Содействие в организации проекта оказали Совет ректоров вузов Санкт-Петербурга, Городская студенческая биржа труда и правительство Санкт-Петербурга в лице Комитета по науке и высшей школе, Комитета по занятости, Комитета по молодёжной политике и взаимодействию с общественными организациями.

Найти более подробную информацию и зарегистрироваться для участия в проекте «День Карьеры'08: в поиске талантов» вы можете на сайте: www.career-day.ru. Регистрация бесплатная.

Место проведения:

Санкт-Петербург, Центральный музей связи имени А.С. Попова

Адрес: Почтамтский переулок, 4
Проезд: Ст. метро «Невский проспект», троллейбусы 5 и 22, до остановок «Почтамтский переулок»

Время проведения: 5 и 6 апреля с 11.00 до 18.00

За дополнительной информацией обращайтесь:

Реминная Александра

тел.: 8-904-640-98-08

e-mail: saniyshal@mail.ru

О моей научной стажировке в Германии

В этой статье я хочу рассказать о моей научной стажировке в Германии, проходившей в Техническом Университете Мюнхена с 1 октября 2007 года по 31 декабря 2007 года.



Всё началось в 2006 году на конференции JASS'06 в Санкт-Петербурге, где я познакомился с профессором Брюгге, который предложил мне съездить на стажировку в Технический Университет Мюнхена (ТУМ). Стоит отметить, что в то время я учился на пятом курсе, поэтому возможности поехать в качестве студента у меня уже не было. В сентябре 2006 года мы встретились снова, я уже учился в аспирантуре СПбГУТ, и в этот раз кто-то из немецких студентов рассказал мне об организации DAAD.

DAAD (Deutscher Akademischer Austausch Dienst) — это немецкая организация, деятельность которой, в числе прочего, включает выдачу грантов для иностранных студентов и молодых учёных, собирающихся на стажировку в Германию. Более подробно об этом можно узнать на сайтах www.daad.ru и www.daad.de.

После изучения сайта и советов знакомых я решил попробовать получить такой грант. Я выбрал стипен-

дию DAAD “Научно-исследовательская стипендия для молодых учёных - научная стажировка (сбор материала для диссертации)” на три месяца. С финансовой стороны - это 400 Евро на дорогу и 1020 Евро в месяц. Интересный момент - отсутствует необходимость знать немецкий язык. Сказать честно, я не знал его вообще. Для оформления документов и общения в Германии я использовал только английский и русский!

Все документы на стипендию оформляют заочно и высылают по почте в Москву. Все необходимые бланки есть на сайте DAAD. Скажу лишь, что каких-то больших трудностей с оформлением документов не возникло. Хотя в целом объём работы



достаточно большой. У меня было чуть больше месяца, и многие вещи пришлось делать в большой спешке.

И вот, наконец, за три дня до окончания подачи заявок (27.11.06) все оформленные документы лежали у меня на столе — всего 73 листа! Заявка подаётся в трех экземплярах. Ввиду отсутствия времени и важности письма — я послал все это в Москву через FedEx (около 3000 руб.).

Потянулось томительное ожидание. Стипендия выдаётся на конкурсной основе. Отбор заявок происходит в два этапа.

Первый проводится в России, а затем документы отправляются в Бонн, в штаб-квартиру DAAD.

Сначала я узнал, что прошёл первый тур. Насколько я помню, уведомление пришло в январе, а 18 апреля 2007 года мне сообщили о том, что я получил стипендию! Примерно через месяц пришли документы, необходимые для оформления визы и пребывания в Германии.

Все формальные вопросы не вызвали больших проблем. Тяжелее обстояло дело с поиском жилья в Мюнхене. К сожалению, эту задачу стипендиаты должны решать самостоятельно. Очень хорошо, если у вас есть знакомый в Германии, который может вам в этом помочь. Всего существует несколько вариантов размещения:

- Студенческое общежитие - от 200 Евро в месяц;

- Совместно арендовать квартиру (Wohngemeinschaften, WG) — от 300 Евро. Поиск <http://www.wg-gesucht.de/>;

- Отдельная квартира — от 500 Евро. Поиск www.immobilienscout24.de.

Я решил снимать отдельную квартиру в силу того, что предполагал жить в Германии всего три месяца, и можно было позволить себе максимально комфортные условия. К сожалению, в этом случае стипендия не покрывала полностью моих расходов и приходилось тратить деньги сверх этого. Ещё к отрицательным моментам стоит

отнести необходимость самому заключать договоры и платить за электричество и телефон.

Наконец, этап подготовки остался позади, и вот 1 октября 2007 года мой самолёт приземлился в аэропорту Мюнхена.

Небольшая справка про Технический Университет Мюнхена. Основан в 1868 году, является одним из лучших университетов в Германии и в Европе в целом. Например, в 2006 году в нём учились около 22 тысяч студентов.

Там я работал на кафедре профессора Брюгге — Прикладного Программного Обеспечения (Applied Software Engineering). Моя работа состояла из двух частей: работа по теме моей диссертации и большой кафедральный проект, связанный с разработкой программно-аппаратного комплекса для Мюнхенского аэропорта. В нём принимало участие около пятидесяти человек, в основном студенты.

Со свободным временем проблем не было, равно как и с тем, чем его занять. Студенческие вечеринки, встречи с друзьями, прогулки по Мюнхену, небольшие путешествия и экскурсии по Баварии, велосипедные заезды, футбол и особенно катание на сноуборде в Альпах!

Три месяца пролетели незаметно, и вот я уже опять учусь и работаю в родном Бонне. Кто-то может сказать, что в немецком университете всё лучше, а я категорически с этим не согласен! Везде есть свои плюсы и минусы.

В целом, я очень доволен своей стажировкой. Я приобрёл немало ценного опыта, узнал много нового, познакомился с интересными людьми и просто очень хорошо провёл время.

Если у кого-либо возникли любые вопросы после прочтения этой статьи, пожалуйста, не стесняйтесь обращаться ко мне!



*Аспирант кафедры ИБТС
Сергей Коновалов*

«День амбициозных талантов» — студенческая биржа труда

Студенческая секция Северо-Западного отделения Российской ассоциации по связям с общественностью (СЗ РАСО) проводит 21 марта 2008 года в Санкт-Петербургском государственном университете телекоммуникаций им. М. А. Бонч-Бруевича студенческую биржу труда «День амбициозных талантов».

Мероприятие, рассчитанное на студентов специальностей «Реклама», «Связи с общественностью», «Маркетинг», «Журналистика», призвано решить одну из главных проблем талантливых студентов — нехватку практики — и желание самореализоваться в профессиональном плане. «Любая коммерческая организация заинтересована в привлечении новых, неординарных и талантливых кадров, также как и каждый успешный студент стремится получить работу в престижной компании. Мы решили создать этот проект для того, чтобы дать возможность реализовать свои потребности каждой стороне», — объясняет суть мероприятия председатель Студенческой секции СЗ РАСО Павел Белов.

«День амбициозных талантов» будет состоять из двух частей. В первой студентам предложат принять участие в тренингах на темы эффективного трудоустройства и карьерного роста. Во второй части мероприятия участники ждут встречи с потенциальными работодателями — ведущими информационными, рекламными и PR-агентствами, а также СМИ Санкт-Петербурга. Каждый участник сможет пройти 6—7 собеседований и оставить свое резюме всем компаниям-работодателям. По результатам собеседований студенту могут предложить стажировку или постоянную работу по специальности.

«День амбициозных талантов» является логическим продолжением «Осенней биржи труда», прошедшей 20 октября 2007 года в Санкт-Петербургском государственном электротехническом университете «ЛЭТИ».

Зарегистрироваться для участия в мероприятии можно по адресу электронной почты: students_nwraso@mail.ru

Более подробная информация на сайте:

www.nwraso.ru

Петербург будет развивать высшую школу

12 февраля 2008 года в Смольном рассмотрено, как выполняется постановление правительства Санкт-Петербурга, принятое в марте 2006 года, о развитии высшей школы города.

По данным Комитета по высшей школе, в Петербурге сегодня работают 48 государственных и 45 аккредитованных негосударственных вузов. В петербургских вузах обучается 450 тысяч студентов, на 10 тысяч жителей города приходится 967 студентов. Это самый высокий показатель в России, для сравнения: в Москве 964 студента на 10 тысяч населения. Примерно половина сту-

дентов, обучающихся в Санкт-Петербурге, — иногородние.

Губернатор В.И. Матвиенко отметила, что высшая школа для Петербурга — это его конкурентное преимущество. «Петербург — мировой центр образования и науки. Мы готовим кадры для всей страны, и правительство города будет делать все необходимое для дальнейшего развития высшей школы города», — сказала губернатор. Особый акцент, по мнению губернатора, должен быть сегодня сделан на подготовку студентов технических специальностей, специалистов по программному обеспечению, необходимых

для инновационных отраслей народного хозяйства.

«Город заинтересован в том, - подчеркнула В.И. Матвиенко, - чтобы у студентов была возможность не только учиться, но и заниматься спортом, с интересом и пользой проводить свободное время. Необходимо обеспечить полную диспансеризацию студентов, проверить, как они питаются, как

они живут. На средства городского бюджета будет построен жилой дом для аспирантов, первый камень которого заложен в прошлом году». В.И. Матвиенко поддержала идею строительства нового студенческого городка, которую выдвинул совет ректоров совместно с министерством образования и науки.

www.gov.spb.ru

Новый корпус на Крестовском острове



Что вы можете встретить по пути к этому зданию? Первым делом вы увидите автостоянку, рядом с ней располагается здание необычной формы, в одном из окон которого написано «Кафе», а с другой стороны — «Дельфинарий». Недалеко от здания «Бонча», кстати, это здание — типовая школа, есть китайский ресторан и продуктовый магазин. Остальные дома строятся или ремонтируются, поэтому кругом грязь, свалки строительного мусора. Также около здания проходят уже, скорее

После закрытия на ремонт корпуса университета на проспекте Большевиков, все факультеты, которые располагались там, переехали в здания на набережную Мойки и на Васильевский остров. А потом студенты неожиданно узнали, что для «Бонча» выделили еще один корпус и находится он на Крестовском острове, по адресу Константиновский проспект, дом 11А.

Нам стало интересно, и мы решили съездить и посмотреть, что это за здание, где оно находится. Доехали мы на метро до станции Крестовский остров, вышли на улицу и почувствовали, как нас сбивает с ног сильный ветер и несёт прохладой с залива. Сразу понять, куда идти было невозможно, поэтому, подойдя к карте города, мы выяснили, что для начала нам надо выйти на Морской проспект, а затем, повернув на пересечении с Еленинской улицей, идти мимо светло-зелёного полукруглого здания. После того, как мы прошли здание, упёрлись в забор. Дальше мы пошли вперёд по Константиновскому проспекту и нашли дом 11а, он находится за домом 11 (см. схему).



всего, не действующие трамвайные пути, по этому проспекту очень редко проезжает транспорт, так что шум большого города учёбе мешать не будет.

Вход в здание — средняя дверь со двора. В дверях нас встретила вахтёрша и сказала, что здесь пока никто не учится, но должны приехать ребята, которые раньше учились на проспекте Большевиков.

**Мария Фёдорова,
Ксения Смирнова**

Игра для генералов



В Санкт-Петербургском университете телекоммуникаций имени проф. М.А. Бонч-Бруевича мы разыскали человека, у которого есть необычное увлечение — японские шахматы сёги, дословно “игра генералов”. Это заместитель декана факультета экономики и управления Михаил Борисович Вольфсон.

Как началось ваше увлечение такой нетипичной игрой как сёги?

Это довольно забавная история. В 1999 году я пришёл в Бонч в качестве сотрудника, работал в приёмной комиссии около 8 лет. К нам пришла экстравагантная абитуриентка Ирина Новикова, которая довольно нетипично себя вела. В процессе разговора выяснилось, что она приехала из Америки, где жила некоторое время. Она спросила, не увлекаюсь ли я японскими шахматами, и предложила попробовать сыграть. Так как в то время **я увлекался японской историей и культурой**, то согласился. Она пригласила меня на занятия в школу, и я пришёл. Это была небольшая группа людей разного возраста, от совсем юных ребят до взрослых людей. Зимой Ирина познакомила меня ещё с двумя любителями сёги. Это были Юрий Шпилев и Евгений Федосеев, ставшие впоследствии профессиональными игроками в сёги. И вместе с Ирой мы всё начали учить детей игре в эти шахматы. Стали проводить маленькие турнирики. К сожалению, в то время не было литературы по игре в сёги, игровые наборы участники делали сами. Среди юных дарований появился мальчик **Виктор Запара**, сейчас он **студент 1 курса нашего экономического факультета**, а также **вице — чемпион мира и Европы по японским шахматам**.



Получило ли дальнейшее развитие ваше хобби?

Ирина училась на факультете МТС и привлекла к игре ещё нескольких студентов со своего факультета. Группа играющих в эти шахматы стала расширяться. Мы начали участвовать в выставках, проводить агитационную работу, интересовывать людей игрой в сёги, играли на серверах в Интернете. Таким образом, контакты увеличивались.

Санкт — Петербургский клуб «Сёги» возглавил Юрий Шпилев, кстати, клуб действует и сейчас. В Москве также появился сёги — клуб, мы играли и с ними. Важно отметить, что существует **Ассоциация Российских Сёги Игроков (АРСИ)**. Мы также наладили контакты через Интернет с Японией. Они снабжают нас необходимой литературой, журналами про сёги, часами, шахматными наборами.

А родоначальница всего этого, Ирина, уехала после 1 семестра, видно не выдер-



жала объёма и сложности физики и информатики в России, за рубежом немного другие стандарты.

Как обстоят дела сейчас?

Сейчас мы бесплатно учим детей в сёги - клубе, раз в месяц играем на факультете. А также переводим книги о сёги с японского и английского языков.

Не только в Японии, но и в некоторых городах России проводятся турниры по игре в сёги (Москва, Архангельск). В странах СНГ: Украине, Белоруссии - тоже играют в японские шахматы. В Санкт - Петербурге около 20 активных игроков в сёги. Не так много, не так ли?

Среди шахматных игр мира японские шахматы сёги - самые необычные. Их главное отличие - возврат захваченных фигур в игру на стороне захватчика, но они также отличаются от других шахматных игр формой, названиями и числом фигур, правилами, позволяющими усиливать почти все фигуры и, самое основное, правилами ходов. Поскольку они столь отличаются от всех других версий шахмат, это доказывает, что сёги имеют японское происхождение.

Мария Егорова, Ирина Чеча

Платим за регистрацию доменов RU и SU
После регистрации домена RU вам на баланс будет зачислено 100 рублей.

После регистрации домена SU вам на баланс будет зачислено 50 рублей.

Возможна регистрация на ВАШИ ДНС и на PRIVAT PERSON.

Окончание акции: в любой момент.

Размещение серверов, сервера в аренду, интересным проектам интересные предложения:

Dedicated:

CPU: Core Duo 2 GHz

MEM: 1 Gb

HDD: 250Gb SATA

IP: 3

BackUp: 3 Gb на отдельном сервере.

Панель управления: ISPmanager Pro

Гарантия на оборудование 24 месяца.

Предоплата за первый месяц: 400 рублей.

Предоплата за второй месяц: 1400 рублей.

Предоплата за третий месяц: 2400 рублей.

Предоплата за четвертый месяц: 3400 рублей.

Оплата за последующие месяцы: 3400 рублей.

Интернет-агентство Реплэй

www.replay.ru, info@replay.ru

ICQ: 193373,

Санкт-Петербург: +7 (812) 715-8528

Москва: +7 (499) 503-0171

Витамины

С наступлением весны мы всё больше начинаем чувствовать авитаминоз, который проявляется после продолжительной зимы. А все из-за того, что мы не потребляем достаточного количества свежих овощей и фруктов, в которых содержится большая доля веществ, так необходимых для поддержания здоровья человека. Поэтому в этой статье предлагаем перечень самых необходимых витаминов и минеральных веществ и продуктов, в которых они содержатся. Ведь никому не хочется чувствовать себя больным и усталым. Так что ешьте больше витаминов и радуйтесь наступлению долгожданной весны.

Витамин А (ретинол) - способствует нормальному обмену веществ, играет важную роль в формировании костей и зубов, а также жировых отложений, необходим для роста новых клеток, замедляет процесс старения. Содержится в зелёных и жёлтых овощах: бобовых, персиках, абрикосах, яблоках, винограде, арбузе, дыне, шиповнике, облепихе, черешне, печени, икре, молоке, сливочном масле, маргарине, сметане, твороге, сыре, яичном желтке. Средняя суточная потребность: мужчины — 1000 мкг, женщины — 800 мкг.

Витамин В1 (тиамин) — участвует в углеводном обмене и связанных с ним энергетическом, жировом, белковом, водно-солевом обмене, оказывает регулирующее воздействие на деятельность нервной системы. Содержится в хлебе и хлебопродуктах из муки грубого помола, необработанным рисе, овсянке, спарже, брокколи, брюссельской капусте, горохе, орехах, апельсинах, изюме, сливе, черносливе, плодах шиповника, землянике лесной, голубике болотной, смородине чёрной, пивных дрожжах, шавеле, свинине, говядине, печени, яичном желтке, рыбе. Средняя суточная потребность: мужчина — 1,2 мг, женщина — 1,1 мг.

Витамин В2 (рибофлавин) - интенсифицирует процессы обмена веществ в организме, участвует в метаболизме белков, жиров и углеводов. Содержится в дрожжах, листовых зелёных овощах, крупах (гречневой и овсяной), горохе, хлебе, печени, мясе, рыбе, сыре, молоке,

йогурте, яичном белке. Средняя суточная потребность: мужчины — 1,5 мг, женщины — 1,3 мг.

Витамин В6 (пиридоксин) - играет важную роль в обмене веществ, необходим для нормального функционирования центральной и периферической нервной системы. Содержится в неочищенных зёрнах злаковых, зелёных листовых овощах, дрожжах, гречневой и пшеничной крупах, рисе, бобовых, моркови, авокадо, бананах, грецких орехах, патоке, капусте, кукурузе, картофеле, сое, мясе, рыбе, устрицах, молоке, печени трески и крупного рогатого скота, почках, сердце, яичном желтке. Средняя суточная потребность: мужчины — 2 мкг, женщины — 1,8 мкг.

Витамин В12 (цианокобаламин) - помогает преодолеть бессонницу, приспособиться к изменению режима сна и бодрствования. Содержится в морской капусте, сое и соевых продуктах, дрожжах, печени, почках, говядине, рыбе, яйцах, молоке, сыре, устрицах. Средняя суточная потребность: мужчины, женщины — 3,0 мкг.

Витамин С (аскорбиновая кислота) - является фактором защиты организма от последствий стресса, увеличивает устойчивость к инфекциям. Содержится в цитрусовых, овощах, дыне, брокколи, брюссельской капусте, цветной и кочанной капусте, черной смородине, болгарском перце, землянике, помидорах, яблоках, абрикосах, персиках, хурме, облепихе, шиповнике, рябине, печёном картофеле в “мундире”, печени, почках, красном перце, петрушке, шавеле. Средняя суточная потребность: мужчины, женщины — 60 мг.

Витамин D (кальциферолы) — обеспечивает нормальный рост и развитие костей, предупреждает рахит и остеопороз, регулирует минеральный обмен и способствует отложению кальция в костной ткани и дентине, таким образом, препятствуя размягчению костей. Содержится в петрушке, яичном желтке, сливочном масле, сыре, рыбьем жире, икре, молочных продуктах. Средняя суточная потребность: мужчины, женщины — 2,5 мкг.

Витамин РР (никотиновая кислота) —

участвует более чем в полусотне реакций, в ходе которых сахар и жир превращаются в энергию, борется с четырьмя главными факторами риска сердечно-сосудистых заболеваний. Содержится в говяжьей печени, дрожжах, брокколи, моркови, сыре, кукурузной муке, финиках, яйцах, рыбе, молоке, арахисе, свинине, картофеле, помидорах, шавеле. Средняя суточная потребность: мужчины — 25 мг, женщины — 23 мг.

Минеральные вещества-микроэлементы

Кальций (влияет на образование костной ткани, формирование зубов, процесс свертывания крови, нервно-мышечную проводимость). Содержится в молоке и молочных продуктах. Средняя суточная потребность: мужчины — 1000

мг.

Фосфор (элемент органических соединений, буферных растворов, способствует образованию костной ткани, трансформации энергии). Содержится в молоке, молочных продуктах, мясе, рыбе. Средняя суточная потребность: мужчины, женщины — 700 мг.

Железо (участник окислительных процессов в клетках). Содержится в бобовых, мясе, грибах, продуктах из муки грубого помола. Средняя суточная потребность: мужчины — 10 мг, женщины — 15 мг.

Йод (важнейший компонент гормонов щитовидной железы). Содержится в рыбе, устрицах, водорослях, яйцах. Средняя суточная потребность: мужчины — 200 мкг, женщины — 150 мкг.

Мария Фёдорова

Цветы скажут без слов

Позади 8 марта — Международный женский день! А какой же праздник Весны и Красоты без цветов? А задумывались ли вы когда-нибудь, что у цветов есть свой язык? Что ваш подарок несёт определённую информацию? Цветы могут сказать очень многое тому, кому вы их преподносите. Подарить цветы - это выразить свои чувства, любовь или уважение. Когда вы выбираете букет, надо это помнить.

Что говорит цвет

Розовые цветы означают любовь.

Красные - страсть.

Жёлтые - разлуку, измену.

Фиолетовые - холодность.

Синие, голубые - нежность, раздумье, печаль.

Белые - невинность.

Значение цветов

Астра - символ любви, изящество.

Гвоздика - очарование, женская любовь.

Кактус — упорство.

Лилия (оранжевая) - ненависть, отвращение

Лилия (белая) - чистота, девственность, величественность.

Лилия (жёлтая) - легкомысленность, ложь, яркость, благодарность.

Нарцисс - формальность, оставайся такой же прекрасной, как ты есть.

Орхидея - любовь, утончённость, красавица.

Пион - счастливая свадьба, весёлая жизнь.

Роза (розовая) - наивысшее счастье.

Роза (белая) - чистота и невинность.

Роза (красная) - любовь, я люблю тебя, страсть.

Роза (жёлтая) - ревность, попытка сохранить чувства.

Тюльпан (красный) - объяснение в любви, поверь мне.

Тюльпан (жёлтый) — твоя улыбка как сол нечный свет.

Хризантема - ты прекрасный друг, веселье и отдых.

Количество цветов в букете

1 цветок — ты, всё что у меня есть!

3 цветка - хочу уехать с тобой на край света.

5 цветков - я тебя люблю!

7 цветков - традиционно дарят в день обручения.

9 цветков - я тебя уважаю как друга.

11 цветков - ты мой друг.

12 цветков - нам трудно, но думаю, всё будет хорошо.

13 цветков - я ненавижу и презираю тебя!

15 цветков - ты заслужил мою благодарность и уважение.

Ксения Смирнова

Весенние приметы

Весну в народе называют «благодатная», «всеоживляющая». Весна короче лета, но продолжительнее осени и зимы.

Она начинается 1 марта и длится 92 дня и 21 час, включает подсезоны:

1-17 марта - Перелом зимы.

18 марта - 15 апреля - Снеготаяние.

16 апреля - 5 мая - Оживление весны.

6 - 21 мая - Разгар весны.

22 - 31 мая - Предлетье.

Весной первыми прилетают птицы, которые улетели последними, а улетевшие первыми возвращаются позже всех.

Предсказания весны (долгосрочные прогнозы)

14 февраля выпал снег — к дождливой и холодной весне.

Длинные сосульки — весна затяжная.

Если в сентябре мало дождей, то их мало будет и в мае.

Ранняя весна - признак того, что летом будет много непогожих дней.

Если весной снег тает быстро, а вода бежит дружно - это к мокрому лету.

Если пчёлы рано вылетают из ульев, то следует ожидать ранней и тёплой весны.

Погода весной (краткосрочные прогнозы)

Гром в марте — возвращение морозов.

Кукушка кукует на голом дереве — к морозу.

Птицы вьют гнёзда на солнечной стороне - к холодному лету.

Если встретишь весной белого зайца, то снег обязательно выпадет ещё.

Если весенний лёд по затонам и озёрам не тронется, а потонет, то год будет для людей тяжёлым.

Март

1 марта. Если с первых дней весна разгульна, не застенчива - обманет, верить нечего.

13 марта. Василий Капельник. Если дождь, быть лету доброму.

14 марта. Евдокия Плющиха. 14 марта считалось всегда “твёрдым” летоуказателем, каков день, таково и лето.

17 марта. Герасим Грачевник. Коли грач прилетел, через месяц снег сойдёт.

30 марта. Алексей Тёплый. Если тепло, то и весна будет тёплой.

Апрель

7 апреля. Благовещение. Весна зиму поборол.

9 апреля. Чибис прилетел - на хвосте воду принёс. Чибис кричит с вечера - к ясной погоде.

24 апреля. Антон Половод. Если воды не вскрылись, то весна поздняя и лето плохим простоит.

Май

1 мая. Если начало мая тёплое - в конце будут холода, и наоборот.

4 мая. Рано зацвела черёмуха - будет теплое лето. Чем раньше она начинает цвести, тем жарче будет лето.

13 мая. Тёплый вечер на Иакова Апостола и звёздная ночь - к урожаю. Ясный восход солнца - вёдреное лето.

14 мая. Еремей Запрягальник. Непогода в этот день сулит суровую и холодную будущую зиму.

15 мая. Запел соловей основательно - весна пошла на убыль, а лето - на прибыль.

27 мая. Сидор Огуречник. На Сидора северный ветер — всё лето таково.

28 мая. Пахом Бокогрей. На Пахома тепло — всё лето тёплое.

Мария Фёдорова

Рейтинг самых бесполезных подарков

По мнению посетителей интернет-форумов, бесполезные подарки чаще всего дарят коллеги. Но и родственники нередко презентуют вещи, которые только захламляют квартиру.



Вот она, десятка самых неудачных презентов:

1. Глиняные сувениры (как правило, уродливы).
2. Набор полотенец (банально и скучно).
3. Раскладные ножи (вы сами часто ими пользуетесь?).
4. Ежедневники (вы уже десятый из выбравших такой подарок).
5. Кружки и чашки (вы искренне верите, что человеку не из чего пить?).
6. Вазы (сложно угадать нужный стиль).
7. Ночные рубашки (без комментариев).
8. Массажёры для лица (массаж лучше делать в салоне).
9. Мягкие игрушки (пылесборники).
10. Кремы от морщин и от целлюлита.

А вы согласны?

www.i2n.ru

Стихи студентов Бонча о весне и, конечно же, о любви

Вечер красит небо надеждой,
Растворяясь в полночной тиши.
Я ещё не видал такой нежной,
В этой жизненной мутной глуши.

Ветер в кудрях ваших играет,
От улыбки над полем светлей.
Видно, ангелы Вам помогают,
Делать мир этот грешный добрей.

Только разные с Вами дороги,
Не найти перекрёстка на них.
Мне церковей обивать все пороги,
Вам цветы принимать от других.

Вам из счастья чаши напиться,
Позабыв про безумца стихи.
Мне за всю жизнь не откреститься,
За свои и чужие грехи.

Ваши губы моих не коснутся,
Но под шорох осенней листвы
Буду знать я, что где-то на свете,
Улыбаясь, гуляете Вы.

Юрий Осипов, гр. СО-33

Синеглазый с утра проливается день,
Где осколками витража
Разлетается небо, и словно тень
Бьются выцветшая бирюза.

Где гранитный камень слезами разлит,
Балтийской сумеречной водой,
Сколько туч уставших в ней ищут тоски,
Опускаясь густой пеленой?

И туман поднимается как живой
В эти северные берега,
Мы останемся здесь, у края волны,
Что скучая нам скажет она?

Тимур Нагиев, гр. СО-52

СПОРТ

Мужская сборная команда Бонча по футболу и мини-футболу пусть еще и молодая (вновь собрана команда была в 2000 году, после 15-летнего перерыва), но уже очень уважаемая в городе. За прошедшие 7 лет нам удалось подняться с нижних строчек Питерского ВУЗовского и городского мини-футбола и футбола. Сейчас она выступает в Высшей лиге по футболу среди команд ВУЗов, в Первой группе Первенства Санкт-Петербурга по мини-футболу, а также принимает участие в различных городских соревнованиях.

Главным стартом в этом году станет Спартакиада ВУЗов связи России, которая пройдет, скорее всего, в Новосибирске. На прошлой Спартакиаде наша команда выступила отлично, набрав равное количество очков с командой победительницей, не проиграв ни одного матча и не пропустив ни одного мяча в свои ворота, однако по разнице мячей тогда мы заняли лишь третье место. В этом году мы стали сильнее и очень хотим победить в Спартакиаде! Главное, что все предпосылки к этому есть!

В этом сезоне мы отлично выступили на Первенстве Петербурга по мини-футболу среди команд Первой группы. Наша команда на равных боролась с профессионалами до самого финиша чемпионата и реаль-

но претендовала на призовое место и переход в Высшую лигу на следующий год, однако не хватило совсем немного. В итоге мы заняли четвертое место. Тем не менее, выступление признано хорошим, мы заняли высокое место, показали отличную игру, одержали большое количество побед. Вторая наша команда, составленная в основном из молодых ребят 1-2 курса неплохо выступает на Первенстве Петербурга по мини-футболу среди команд Третьей группы.

На ВУЗовских соревнованиях мы входим в элитную группу. По футболу мы боремся за место в пятёрке лучших команд города, а по мини-футболу бьёмся за попадание в десятку. В феврале стартовало

Первенство Петербурга среди команд ВУЗов по мини-футболу. С первого же тура нам противостояли очень сильные соперники - команды ВИФКа и ГТУРПа. В непростой борьбе мы одержали победы со счётом 3:0 и 7:5 соответственно!

В этом сезоне мы добились значковых достижений и на других городских соревнованиях. На Открытом Кубке Ректора СЗАГС выступали лучшие университетские команды Петербурга, в том числе и наша. Одержав несколько красивых побед, мы заняли итоговое третье место. А на турнире, посвящённом развитию толерантности в молодёжной среде «Игра на равных», мы были абсолютными лидерами.

Ольга Ковалёва

В прошлом номере мы рассказывали про нашу женскую команду по мини-футболу и футзалу. Продолжаем освещать выступление команды на Первенстве России по футзалу среди команд Суперлиги.

Как мы уже говорили, в первом туре наши девушки переиграли команды «Невская Звезда-08», «Невская Звезда-92» и «Искра», и с 9 очками возглавили турнирную таблицу. Во втором туре, который прошёл с 13 по 16 февраля в Муроме, наши девушки встречались с «МУ Истоки», Москва и переиграли их в тяжёлой игре со счётом 4:2, а затем были повержены также команды

из Гусь-Хрустального и Муром со счётом 7:3 и 4:1 соответственно! Таким образом, набрав после двух туров максимальное количество очков, наша команда продолжает возглавлять турнирную таблицу Первенства России. Следующий тур пройдет в Санкт-Петербурге с 4 по 7 марта, в котором нашей команде будут противостоять Волгоградский «Зенит», «Госуниверситет» из Самары, а также действующий Чемпион России команда «Рокада», Волгоград. Желаем нашим девушкам удачи в играх и побед во славу нашего любимого Университета!

Ольга Ковалёва

А Я ПОЙДУ В ВОЖАТЫЕ!..

*Вожатый — профессия-птица,
Труднее её не сыскать:
С какой другой работой сравнится —
Ребячьи сердца зажигать.*

Замучила ностальгия по детским лагерям? Привлекает романтика песен под гитару у костра? Жаждешь творчества и новых впечатлений? В конце концов, хочешь отдохнуть от города и при этом заработать? Есть идея-поработать вожатым!

Вожатый — профессия, которой не учат ни в одном ВУЗе, ведь это, скорее, некое призвание или состояние. И, тем не менее, вожатым быть очень нелегко. Во-первых, это работа с детьми, все они разные, и всех их нужно понимать, оберегать и любить.

Во-вторых, работа хорошего вожатого — это работа на износ. Ещё бы! Ведь не так просто творить для любимых детишек незабываемый отдых. Но вожатый должен верить в собственные силы. Если сердце «лежит» к этому, то дерзай! Отдача будет. Это работа для души, это серьёзный «тренинг личностного роста», это умение брать на себя ответственность... А как дороги слова, которые звучат в твой адрес на последнем огоньке! У детей можно научиться очень многому.



С чего начать?

Сегодня в Санкт - Петербурге существует большое количество курсов для вожатых, длительность обучения в которых варьируется от 1-2 лет до нескольких месяцев. Большинство из них предлагают своим выпускникам множество вакансий в различных лагерях, в основном располагающихся в Ленинградской области. Некоторые крупные лагеря организуют собственные курсы.

Конечно, будущие вожатые, которые имеют за спиной опыт «лагерного» детства, могут вступать в должность сразу. Но новичкам в этом деле есть чему поучиться, например, организации отрядных дел, разным играм,

основам детской психологии и педагогики.

Какие бывают лагеря?

К выбору лагеря нужно подойти очень ответственно, при этом важно обратить внимание на материальную базу, возраст детей, условия работы, должностные обязанности и т.п. Полезно почитать отзывы уже имеющих опыт вожатых. Данную информацию легче всего найти на просторах Интернета, например, на сайте www.vozhatiy.ru. Предложений хоть отбавляй, неопытному вожатому так и заблудиться недолго. А потому целесообразно лагеря классифицировать.

Детские оздоровительные (ДОЛ)

Большинство лагерей называются именно так. Кажется, такие одинаковые, и всё же они все разные. Недостатком большинства таких лагерей является явный перебор свободного времени у детей. Обычно в лагерях предусмотрено купание, приятная и веселая, но опасная процедура. Необходимо выяснить: несут ли вожатые ответственность за детей во время купания или же дети на это время передаются под опеку инструкторов?

Лагеря актива

Лагеря актива, естественно, требуют самых активных и зажигательных вожатых. Известнейшие: МДЦ «Артек», ВДЦ «Орлёнок» и ВДЦ «Океан». Все они находятся на море, все — бывшие пионерские лагеря. Это своеобразные мирки, города детства со своими традициями и законами, песнями. Там работают команды профессионалов, круглый год организуются тематические смены. В эти лагеря отправляют особенных детей: лидеров общественных организаций, творческих коллективов. Путёвки в эти лагеря дорогие, поэтому летом туда ездят либо дети из очень обеспеченных семей, либо награжденные путёвками.

Для жителей Санкт-Петербурга знакомым также является лагерь «Зеркальный». Этот загородный центр остался в сердцах многих, кому посчастливилось стать зеркалёнком. В лагере есть коммерческие и профильные отряды. Стать вожатым «Зеркального» можно, окончив курсы в Аничковом дворце.



Профильные лагеря

К этой группе относятся спортивные, языковые и другие лагеря с определённой направленностью. Излишне объяснять, что вожатый такого лагеря сам должен обладать специфическими навыками и умениями.

За границей

Зарубежные лагеря стоит выделить в отдельную группу, так как для вожатых это отличная возможность и мир посмотреть, и себя показать. Также несомненным плюсом таких лагерей является неплохая зарплата, разделение обязанностей вожатых и воспитателей. В таких странах, как Украина, Белоруссия, Болгария, Венгрия, Турция, находятся места отдыха именно для русских детей. Тем же, кто хотел бы приобрести навыки международного общения, необходимо напрямую связываться с кадровыми центрами конкретных лагерей.

Не испугался? Тогда удачи тебе, будущий вожатый!

Дарья Кореньюшкина



Гороскоп-прогноз

Овен

Как привлечь? Подождите что-нибудь и зовите на помощь.
Как избавиться? Просто остановитесь на несколько минут.
Где легче всего застать? На стадионе.

Телец

Как привлечь? Накройте на стол.
Как избавиться? Попросите взаймы.
Где легче всего застать? Там же, где застали в прошлый раз.

Близнецы

Как привлечь? Размахивайте свежим номером журнала.
Как избавиться? Отдайте им этот журнал.
Где легче всего застать? На семинарах и конференциях.

Рак

Как привлечь? Поинтересуйтесь здоровьем мамы.
Как избавиться? Повредите что-нибудь в его доме.
Где легче всего застать? На презентациях.

Лев

Как привлечь? Соорудите сцену.
Как избавиться? Покритикуйте его.
Где легче всего застать? На лекциях и в театре.

Дева

Как привлечь? Будьте вежливы и опрятны.
Как избавиться? Чихните на неё.
Где легче всего застать? В гомеопатической аптеке.

Весы

Как привлечь? Нежно посмотрите на них.
Как избавиться? Требуйте, чтобы сами принимали решения.
Где легче всего застать? В салонах красоты.

Скорпион

Как привлечь? Шушукайтесь с загадочным видом.
Как избавиться? Это невозможно, даже не пытайтесь.
Где легче всего застать? Об этом знает только Рак.

Стрелец

Как привлечь? Задайте какой-нибудь вопрос.
Как избавиться? Попросите его взять на себя обязательства.
Где легче всего застать? За границей.

Козерог

Как привлечь? Наденьте дорогой, но скромный костюм.
Как избавиться? Опоздавайте на встречи.
Где легче всего застать? В конторе.

Водолей

Как привлечь? Употребляйте в разговоре слова 'альтернатива' и 'плюрализм'.
Как избавиться? Неужели Вам удалось его привлечь?
Где легче всего застать? В ООН.

Рыбы

Как привлечь? Изобразите жалостливое лицо.
Как избавиться? Издавайте громкие звуки.
Где легче всего застать? В трансе.

Мария Егорова

РЕКТОРАТ и Управление общественных связей Санкт-Петербургского госуниверситета телекоммуникаций им.проф.М.А.Бонч-Бруевича объявляют конкурс «Бонч завтрашнего дня» на создание проекта внешнего оформления учебного корпуса № 2 (пр.Большевиков, 22)

Цели и задачи конкурса

Разработка нового дизайна внешнего вида учебного корпуса № 2, который должен создать целостное восприятие университета как единого инновационного центра.

Важнейшая задача конкурса - стимулировать творческие способности участников.

Виды конкурсных работ:

1. Плакаты
2. Щиты
3. Баннеры
4. Плазменные панели и другие носители, представляющие собой концептуальные элементы дизайна.

Сроки проведения:

Конкурс проводится с 1 марта по 1 июня 2008 г. Подведение итогов состоится в первой половине июня 2008 г.

Этапы конкурса:

До 31 мая 2008 г. — разработка и сдача проектов
1 июня — 10 июня 2008 г. — работа жюри
20 июня 2008 г. — церемония награждения победителей

Правила участия

1. В конкурсе могут участвовать как индивидуальные проекты, так и проекты авторских коллективов ГУТ (студенты и сотрудники).

2. Все материалы представляются в электронном виде (2 экземпляра) и сопровождаются краткой версией описания. В случае необходимости будут потребованы приложения и дополнительные сведения, имеющие отношение к проекту.

3. Материалы для участия в конкурсе должны содержать следующую информацию:

* название проекта, описание его концепции;

* Ф.И.О. автора (коллектива авторов) проекта (с указанием контактного телефона),

* готовый продукт в электронном виде.

4. Конкурсные материалы представляются в жюри до 31 мая 2008 г.

Критерии оценки проекта

Творческий подход (оригинальность идеи), эффективность воздействия на разные целевые аудитории, масштабность.

Подведение итогов

Оценивать поступившие на конкурс заявки и проекты, проверять их на соответствие требованиям и условиям конкурса, а также определять победителей будет жюри конкурса. В его состав входят представители администрации СПб государственного университета телекоммуникаций им.проф.М.А.Бонч-Бруевича.

Награды конкурса

Высшей наградой конкурса является денежная премия в 50 тысяч рублей.

Конкурсом предусматриваются также 2-ая и 3-я премии, которые будут присуждены победителям за отдельные части проекта:

2-ая премия — 15 000 рублей
3-ья премия — 5 000 рублей

За дополнительной информацией можно обращаться в

**Управление общественных связей,
наб. Мойки, 61. оф. 503,
тел. 315-10-21,
e-mail: uos@sut.ru**



“Радио Бобрик”

Если ты активен, то почему бы не поучаствовать в фото-конкурсе?

Если ты позитивен и находчив, то почему бы за это не получить приз?

Если ты хочешь быть **ПЕРВЫМ**, то заходи на сайт Радио Бобрик и выигрывай!

Подробности - по адресу <http://bobrik-radio.spb.ru/konkurs.php>

«P.S. Я люблю тебя»



«P.S. Я люблю тебя»... Простое нежное название отражает две сложнейшие вечные темы. Любовь и смерть. «Обычная мелодрама, — скажете вы, — они часто заканчиваются трагической смертью героев». А если фильм начинается с этого? Наверняка, многих это заставит насторожиться, а вдруг фильм слишком тяжёлый и безнадежный? Но создатели фильма «P.S. Я люблю тебя» подошли к этой проблеме весьма нетрадиционно.

Каждый месяц главная героиня Холли получает письма, написанные ее мужем Джерри до смерти. В них он дает конкретные советы, заканчивая словами «P.S. Я люблю тебя». Это живой фильм. Он дышит, хотя сначала мы ощущаем, как Холли, утратившей любимого

Жанр: драма, комедия.

Производство: США, 2007 год.

Режиссёр: Ричард ЛаГравенезе.

В ролях: Хилари Суонк, Джерард Батлер, Лиза Кудроу, Джина Гершон, Джеймс Марстерс, Джеффри Дин Морган, Кэти Бэйтс.

Подробности: по одноименному бестселлеру Сесилии Ахерн. «P.S. Я люблю тебя» — первый роман писательницы, который она написала в 21 год.

Газета «Связист.spb»

Редакция
Управлений общественных связей
Выпускающий редактор:
Олег Александрович Яковлев
Шеф-редактор: Любовь Романова
Редактор отдела рубрик:
Дарья Кореньюшкина
Редактор отдела новостей:
Ирина Замиховская
Дизайн: Санкт-Петербургский
Дом Рекламы и Дизайна
Обложка: Роман Горбачев

По вопросам размещения рекламы обращайтесь в редакцию. За содержание рекламы ответственность несет рекламодатель. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Благодарим всех, кто принял участие в создании газеты. Адрес редакции: 191186, Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, 61, 5-й этаж, ауд. 503. Тел./факс: (812) 315-1021 Е-mail: info@svyazist.spb.ru Сайт: svyazist.spb.ru

Отпечатано в типографии Санкт-Петербургского Дома Рекламы и Дизайна
Подписано в печать 13.03.2008
Тираж 2500 экз. Заказ 6159
Распространяется бесплатно
Зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору и соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Северо-Западному федеральному округу. Свидетельство ПИ № ФС2-7608 от 15 июня 2005 года.

человека, едва хватая воздуха, чтобы существовать дальше. Но с каждым шагом, с каждым письмом дышать становится легче. Нет, она не перестала любить его, но её отношение к смерти и, как ни странно, к жизни поменялось. «Ни один человек, будь он мёртв или жив, не станет винить тебя за то, что ты хочешь жить дальше», — простые, но глубокие слова. Никто не застрахован от потери близкого человека, забрать его могут и смерть, и жизнь, и любовь... Но всегда что-то остаётся. Это что-то — наша жизнь.

Красивое кино. Сентиментальные сцены, порой нелепые, но знакомые всем влюбленным, романтический контраст Нью-Йоркских и Ирландских пейзажей, интересная композиция, а главное, важные для любого человека проблемы, — это неопровержимые достоинства фильма. Кроме того, интересное и удачное сочетание жанров комедии и драмы.

Конечно, фильм есть за что поcritиковать: может быть, излишняя сентиментальность, нереальность самого сюжета, пошловатые ситуации и шутки. Но сильнейшие эмоции, которые он способен вызвать, мысли, на которые он наводит, важнее. Мне кажется, что он поможет не одному человеку, оказавшемуся в подобной ситуации.

P.S. Комедия со слезами на глазах.

Даша Кореньюшкина

