

№ 3
105 | 2020

PRO
БЕЛАРУСБАНК

LIFE
hack

**ФИНАНСОВЫЕ
СОВЕТЫ**

 БЕЛАРУСБАНК

Кошелек не нужен,
если есть QR-код



Сканируй и плати!



Плати
QR кодом
cashew



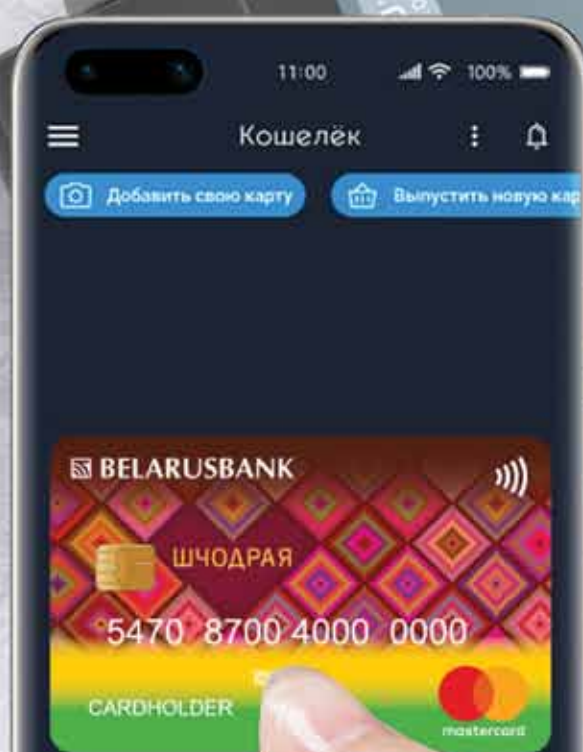
 БЕЛАРУСБАНК

tix

Оплата проезда
в общественном
транспорте
с помощью смартфона



УДОБНО, КОГДА **КОШЕЛЁК** В СМАРТФОНЕ



Устанавливайте бесплатное приложение
«Кошелёк» и оплачивайте любые покупки
смартфоном с ОС Android и функцией NFC

В этом номере

«PRO Беларусбанк»: когда советы не бывают лишними	4
Культурная жизнь: что посмотреть	6
Оцифровано	10
Книги-лайфхаеры	12
Бизнес из мозаики. Можно ли заработать на ремесленничестве?	16
«Он был невероятным ребенком: порядочным, добрым, честным, но никому не нужным». Родитель-воспитатель о том, что подтолкнуло к смене профессии	24
Цитаты. Писатели о деньгах	28



Практика

- 5 простых лайфхаков от бизнес-коуча Марии Евдокимовой о том, как избавиться от финансовой зависимости **32**
- Как живет руководитель ИТ-направления в финансовой компании с доходом 2500 рублей в месяц **34**
- 7 стадий отношений с деньгами. Выясните, на какой из них находитесь вы **38**
- Правила, о которых нам еще раз напомнил коронавирус **42**



- Что делать, если мозг не хочет учиться **46**
- Отцы, дети, деньги. Полезные финансовые привычки, которые стоило бы перенять у беби-бумеров, «иксов» и миллениалов **50**
- Плюсик в карму. Как разгрузить антресоль и осуществить мечту **58**



- Пользуются мебелью со свалок и ездят в офис на великах. Как люди за рубежом распределяют свои финансы **66**
- Зонт. Как аксессуар монархов сменил стихию и ушел в народ **74**
- Почти как по Animal Planet. Едем на терапевтическую прогулку гладить лам и кормить верблюдов **80**



НОМЕР ПОДГОТОВЛЕН
ОТДЕЛОМ КОММУНИКАЦИЙ
УПРАВЛЕНИЯ ИНФОРМАЦИИ
И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

Главный редактор: **Евгения Жуковская**
Креативные редакторы: **Оксана Минина,**
Юлия Диковицкая, Елена Салатура, Елизавета Бецко
Арт-редактор: **Екатерина Дрозд, Виктория Кухарева**
Стиль-редактор: **Виктория Кухарева**

Редакционный совет:
председатель: **Татьяна Михайловская**
заместитель председателя: **Дмитрий Бакиновский**
секретарь: **Евгения Жуковская**
Члены редакционного совета:
Елена Лагунина,
Александр Русакомский,
Александр Войтович,
Андрей Ханкевич,
Алексей Кулик,
Антон Долговечный,
Анна Коровушкина,
Инесса Гойлова,
Жанна Лосикова,
Анна Лисимова,
Светлана Цвечковская,
Елена Головчик,
Денис Фёдоров

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
220089, г. Минск, пр-т Дзержинского, 18
Тел.: (017) 218-80-08,
тел./факс: (017) 200-18-31
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
Вся информация действительна
на момент сдачи номера в печать.

Свидетельство о государственной
регистрации № 969.
Выдано 17 декабря 2013 года
Министерством информации
Республики Беларусь.
Подписано в печать 16.11.2020
Бумага мелованная.
Формат 60x84 1/8.
Печать офсетная.
Усл. печ. л. 6,51
Тираж 3000 экз. Заказ 4778.

Мнение редакции может не совпадать
с мнением героев материалов.

Отпечатано в ГОУПП «Гродненская типография»,
ул. Полиграфистов, д. 4, 230025, г. Гродно.
ЛП № 02330/36 от 29.03.2014.

«PRO Беларусбанк»: КОГДА СОВЕТЫ НЕ БЫВАЮТ ЛИШНИМИ

Дорогие читатели!

Мы знаем, что давать советы, а тем более связанные с финансами, дело неблагодарное, но все же рискнем. В этом номере мы не будем говорить о том, как важно откладывать 10% любых своих доходов, чтобы формировать подушку безопасности, не будем учить вас играть на бирже и пользоваться другими высокорисковыми инструментами, чтобы улучшить свое финансовое положение.

Мы решили поделиться с вами историями и опытом конкретных людей, которые рассказали о своих тратах, сбережениях и действенных финансовых лайфхаках. Пользуйтесь на здоровье и не благодарите!

Готовя этот номер, мы много обсуждали между собой полезные фишки, интересные приложения и сайты, позволяющие экономить и контролировать себя, обменивать ненужные артефакты на вполне пригодные в хозяйстве вещи. Особенно интересен нам был опыт жителей ближнего и дальнего зарубежья. Даже нашли девушку с романтического острова Бали и узнали у нее, как можно неплохо жить в этом райском уголке и зарабатывать.

Но главный совет, который хотим вам дать, — берегите свои деньги, карты, данные. Последнее — особенно. В нашем цифровом мире не совсем хорошие люди с каждым днем придумывают все

более сложные и изощренные способы получить доступ к нашим счетам. И как бы часто ни рассказывали в СМИ истории потерпевших, какие бы железобетонные аргументы ни приводились — все равно находятся те, кто теряет бдительность, а вместе с ней и честно заработанные.

Поэтому советуем вам всего три «никогда», которым стараемся сами следовать:

никогда не проводите оплату в интернете с зарплатной карты, и тем более не переходите для этого по странному и незнакомым ссылкам;

никогда не давайте по телефону свои персональные данные, даже если звонящие представляются работниками банка или страховой компании, тем более если просят назвать различные коды;

никогда не теряйте бдительность в финансовых вопросах и лучше перепроверяйте: сомневаетесь в намерениях звонящего или обращающегося к вам в мессенджере вроде как представителя банка — наберите официальный номер контакт-центра.

Ну и самое главное: никогда не пренебрегайте опытом других людей. Не важно, положительный он или не очень. Чужие ошибки всегда можно сделать своим успехом, а достижения — многократно приумножить.

*С теплотой,
ваша команда «PRO Беларусбанк».*



Культурная жизнь:

что посмотреть

Выставки

«Раритеты Национального исторического музея» в Минске 2.0



Во дворе Национального исторического музея открылась вторая выставка проекта «Раритеты Национального исторического музея Республики Беларусь».

Минчане и гости города успели познакомиться с проектом еще летом: первая экспозиция с конца июня размещается на ограждении Парка культуры и отдыха имени Челюскинцев на столичном проспекте Независимости. На больших фотобаннерах можно увидеть ценности из фондов Национального исторического музея: национальный костюм, монеты, оружие, произведения изобразительного искусства, книги, изделия из драгоценных металлов, музыкальные инструменты и многое другое.

Инициатива получила много положительных отзывов, поэтому было решено развивать ее. Вторая выставка не заставила себя ждать: это 26 баннеров с яркими фотографиями и сопроводительной текстовой информацией на белорусском, русском и английском языке.

Месяц фотографии в Минске 2020

Когда: до 27 ноября.

Где: во дворе культурного центра «Корпус» (г. Минск, пр-т Машерова, 9/8).

Время работы: с 10:00 до 21:00.

Вход свободный.



В этом году тема выставки — «выживание». Авторы работ акцентируют внимание на мировых экологических проблемах, призывая выстраивать долговременные отношения с окружающей средой, принимать ответственные решения, заботиться друг о друге и двигаться к общей цели для лучшего будущего.

Всего выставка включает восемь проектов. В центре экспозиции — работы двух белорусских авторов: «Агуа» молодого фотографа Риты Новиковой и два проекта «Микропластик Everyday» и «Camera Covida» экоактивистки Татьяны Кузнецовой. Проекты зарубежных авторов посвящены проблемам чрезмерного потребления (Мария Лукашевич), будущему коралловых рифов (Алисия Врублевская), последствиям глобализации (Лена Добровольская, Тео Ормонд-Скипинг), и роли фотографии в формировании коллективной памяти (Алина Мария Фриске).

Курирует основную экспозицию в этом году магистр искусств Вера Федотова.

Выставка кукол «Ангелы души моей»

Когда: до 6 декабря.

Где: НЦСИ на Независимости (г. Минск, пр-т Независимости, 47).

Время работы: понедельник-пятница с 12:00 до 20:00.

Стоимость билетов: 5 рублей (полный), 2 рубля (льготный).

По многочисленным просьбам Национальный центр современных искусств продлил выставку кукол «Ангелы души моей» из коллекции Zawieruszynski Dolls до 6 декабря.

Выставка организована в память коллекционера Ларисы Межевич ее супругом Владимиром. На ней представлена коллекция «Однажды в сказке». Это знакомые всем героини детских сказок: Белоснежка и Красная Шапочка, Золушка и Спящая красавица, задумчивая Алиса и другие. В серию входит единственный экземпляр Принцессы-Лягушки, изготовленный специально для Ларисы Межевич.

Куклы ручной работы выставляются в Беларуси впервые. Стоимость некоторых из них достигает нескольких тысяч долларов. При их создании используются только натуральные ткани и драгоценные металлы, а лица раскрашиваются вручную. Куклы успели завоевать несколько наград, среди которых Dolls of the Year Industry Choice Award (2011), премия «Выбор куклы года 2012» и другие.



Сальвадор Дали. Тайнопись

Когда: до 20 декабря.

Где: Художественная галерея Михаила Савицкого (г. Минск, пл. Свободы, 15).

Время работы: вторник-воскресенье с 11:00 до 19:00.

Стоимость билетов: 12 рублей (взрослые), 10 рублей (студенты дневной формы обучения), 8 рублей (школьники, пенсионеры, многодетные семьи, инвалиды III группы), бесплатно (дети до 7 лет, участники ВОВ, инвалиды I и II группы).

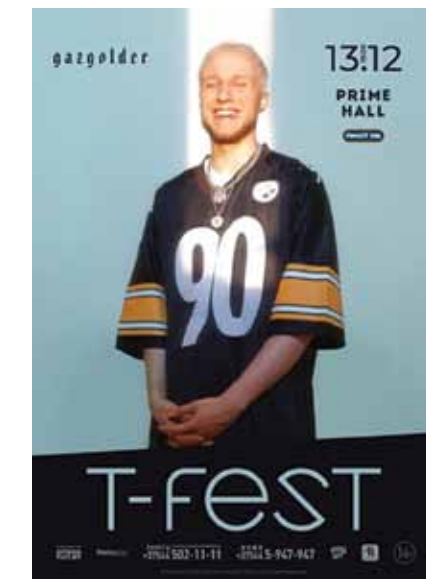


Приглашаем побродить по лабиринту шедевров графики великого сюрреалиста, каждый из которых, словно шкатулка с секретом, заключает в себе тайное послание.

Экспозиция включает в себя 61 графическое произведение из частных собраний и галерей Европы и Америки. Представлены литографии из серий «Кармен» (8 избранных работ из уникального издания 1968 года), «Приключения Алисы в Стране Чудес», «Далинианские лошади», а также иллюстрации к повести Педро де Аларкона «Треуголка», выполненные в технике ксилографии в 1958 году. Венчает собрание великолепный триптих «Трилогия любви».

На выставке также будут представлены работы известных и начинающих белорусских художников, которые при создании своих произведений либо вдохновлялись творчеством Сальвадора Дали, либо близки по стилю к известному сюрреалисту.

Концерты





2 млрд раз

скачали приложение Tik Tok. В 2020 году по популярности оно обогнало Instagram.

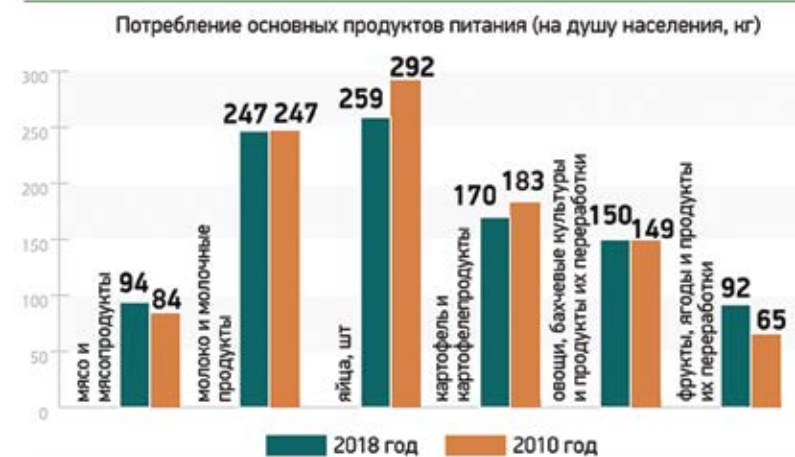


\$7 000 000 000 000

составит суммарный ущерб мировой экономике из-за пандемии коронавируса. Такой прогноз дала главный экономист Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР) Лоранс Бун в интервью газете Les Echos.

ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ БЕЛАРУСИ

Беларусь относится к странам с самодостаточным производством сельскохозяйственной продукции и является лидером в СНГ по производству на душу населения



Инфографика БЕЛТА

3 031 000
легковых автомобилей

находится в личной собственности белорусов. Такие данные приводит Белстат со ссылкой на информацию МВД Беларуси по итогам прошлого года. В среднем на 1 тыс. жителей приходится 320 легковых машин.



По обеспеченности легковыми авто лидируют Гродненская и Минская области — 363 и 342 машины на 1 тыс. жителей каждого региона соответственно.

Каждый **третий** человек

в мире голодает. При этом страдает ожирением — каждый восьмой.



828 метров

высота самого высокого здания в мире. Это небоскреб «Бурдж-Халифа» в Дубае (ОАЭ). Кроме того, это еще и самое многоэтажное здание (163 этажа). Его форма напоминает сталагмит.



136 метров (со шпилем)

высота самого высокого здания в Беларуси. Это жилой комплекс «Лазурит», построенный рядом с «Минск-Ареной».



25 часов

будут длиться земные сутки примерно через 200 млн лет. Это связано с удалением Луны от Земли (дистанция растет на 3,82 см в год).

Топ-8 самых дорогих валют мира в 2020 году

- #1 — Кувейтский Динар (Kuwait Dinar)
1 KWD = 3,24 USD
- #2 — Бахрейнский Динар (Bahrain Dinar)
1 BHD = 2,66 USD
- #3 — Оманский Риал (Oman Rial)
1 OMR = 2,6 USD
- #4 — Иорданский динар (Jordan Dinar)
1 JOD = 1,41 USD
- #5 — Британский фунт (British Pound)
1 GBP = 1,23 USD
- #6 — Доллар Каймановых островов (Cayman Islands Dollar)
1 KYD = 1,22 USD
- #7 — Европейский евро (European Euro)
1 EUR = 1,1 USD
- #8 — Швейцарский франк (Swiss Franc)
1 CHF = 1,03 USD

По данным fxssi.com

Из **83** букв

состоит самый длинный топоним в мире. Так называется холм высотой 305 метров, находящийся в Новой Зеландии. Это название часто сокращается местными жителями до Таумата для удобства в общении.



Книги-лайфхакеры

Лайфхак: как легко избавиться от хлама



МАГИЧЕСКАЯ УБОРКА. ЯПОНСКОЕ ИСКУССТВО НАВЕДЕНИЯ ПОРЯДКА ДОМА И В ЖИЗНИ

Мари Кондо

Она была странным ребенком и вместо детских игр занималась... уборкой. В старших классах ее подружки искали идеальную любовь, а она — идеальный способ складывать и хранить носки. Родители думали, что из нее получится неплохая домохозяйка, а она заработала миллионы, помогая людям избавляться от хлама в своих домах.

30-летняя Мари Кондо — самый востребованный в мире консультант по наведению порядка и автор революционного «Метода уборки КонМари». Следуя ее рекомендациям, вы наведете порядок дома и в жизни — один раз и навсегда.

Лайфхак: как разобраться в себе без психолога



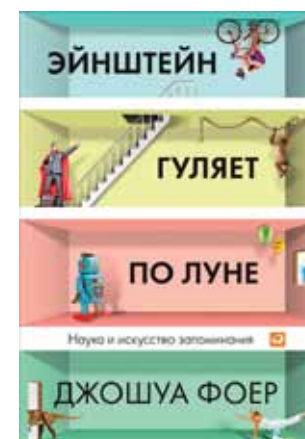
7 ШАГОВ К СТАБИЛЬНОЙ САМООЦЕНКЕ

Борис Литвак

Приходя на тренинги или обращаясь к книгам по психологии, люди очень редко формулируют свою проблему с упоминанием самооценки. Хотя на самом деле именно она является фундаментом, на котором строится личность человека.

Все прекрасно знают: если хочется перемен — нужно начать с себя (и с осознания себя). Так вот, эта книга — инструкция по выявлению базовых установок, которые расшатывают самооценку. Выделяя типы присущей нам самооценки, Борис Литвак предлагает варианты решения проблем и дает задания, выполнение которых поможет вам понять себя и отследить мотивы ваших решений. Все это в дальнейшем даст возможность управлять своей жизнью и находить ответы на сложные вопросы самостоятельно.

Лайфхак: как не забывать о важном



ЭЙНШТЕЙН ГУЛЯЕТ ПО ЛУНЕ. НАУКА И ИСКУССТВО ЗАПОМИНАНИЯ

Джошуа Фоер

В книге рассказывается о 12 месяцах, которые автор провел, пытаясь постичь свою память — ее внутренние механизмы, естественные способы защиты, скрытый потенциал — и натренировать ее. Это, в сущности, рассказ о том, какое место память занимает в жизни всего человечества и каждого из нас. Как менялась функция памяти в течение тысячелетий? Какова роль техник запоминания в прошлом и настоящем? Может ли любой человек развить свою память до совершенства? И надо ли это? Вы узнаете, как нужно тренировать память и каким образом методики запоминания могут быть полезны в повседневной жизни.

Лайфхак: как контролировать организм



ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЙ КИШЕЧНИК. КАК САМЫЙ МОГУЩЕСТВЕННЫЙ ОРГАН УПРАВЛЯЕТ НАМИ

Джулия Эндерс

Говорить о кишечнике и его проблемах не принято, а зря. Ведь существует мнение, что именно этот орган — самый могущественный в нашем организме, не зря иногда его называют вторым мозгом. Разобраться в нем помогает немецкий микробиолог Джулия Эндерс. Она просто и понятно описывает весь процесс пищеварения: серьезная и сложная информация подается в легкой форме и сопровождается забавными наглядными иллюстрациями.

В чем заключается научный подход к правильному питанию? Почему случаются аллергии и непереносимости тех или иных продуктов? В чем разница между антибиотиками, пребиотиками и пробиотиками? Ответы на эти и другие вопросы найдете в книге.

Лайфхак: как делать вкусные десерты



ЧИЗКЕЙК ВНУТРИ. СЛОЖНЫЕ И НЕОБЫЧНЫЕ ТОРТЫ — ЛЕГКО!

Виктория Мельник

Создайте свою персональную сладкую историю под руководством популярного блогера @vicky_bakery (227 тыс. подписчиков в «Инстаграме»). Роскошные, но доступные рецепты, советы по выбору инвентаря и продуктов, простые шаги к лучшим бисквитам, кремам и муссам. Фото чизкейков и десертов выглядят как прекрасная вдохновляющая кулинарная открытка. И это книга не про обычные торты, где только коржи и крем. Это книга, в которой сочетаются необычные вкусы, текстуры и техники. Свести любимых с ума вкусом и декором волшебных тортов «как с картинки» — элементарно!



ОСОЗНАННЫЕ СНОВИДЕНИЯ. КАК ВЫБИРАТЬ СВОИ СНЫ И УПРАВЛЯТЬ ИМИ

Чарли Морли

Даже если вы ничего не знаете об осознанных сновидениях и ни разу в жизни не пытались управлять своими снами, упражнения и практики, разработанные специалистом по осознанным сновидениям Чарли Морли, позволят вам покорить виртуальную реальность загадочного и волнующего мира снов.

Автор этой книги научился контролировать свои сны еще будучи подростком и теперь занимается обучением всех тех, кто хочет познакомиться с этой удивительной практикой. Он уверен: осознанные сновидения — это врата в бессознательное, и с их помощью мы можем взаимодействовать с любимыми сферами своей жизни, развивая и трансформируя их по собственному желанию.



ИММУНИТЕТ. КАК У ТЕБЯ ДЕЛА?

Михаэль Хаук, Регина Хаук

Вы знаете, что иммунная система — отдельный орган? И эта книга рассказывает о нем все, что известно на сегодняшний день врачам и ученым. Вы узнаете о строении и возникновении нашей иммунной системы, о ее ошибках, о том, почему они случаются и как это можно исправить, как мы можем ее поддержать в повседневной жизни.

Какую роль играют, например, материнское молоко или прививки в детстве? Почему мужчины по-прежнему умирают раньше женщин? Как работает «перезагрузка» иммунной системы после химиотерапии? Сколько грязи допустимо в быту? И почему способность нашего организма к защите по утрам лучше, чем вечером?

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Необходимо посоветоваться со специалистом перед совершением любых рекомендуемых действий.

Лайфхак: как понять большую науку



КРАТКИЕ ОТВЕТЫ НА БОЛЬШИЕ ВОПРОСЫ

Стивен Хокинг

Эта книга стала последней в жизни великого ученого Стивена Хокинга. Здесь автор отвечает на самые важные и фундаментальные вопросы, которые долгое время задавало и продолжает задавать человечество: существует ли на самом деле бог, как появилась жизнь во Вселенной, можно ли предсказать будущее, может ли человек путешествовать во времени и так далее.

Как и в других работах, здесь Стивен Хокинг старается донести информацию простым и понятным читателю языком. Не обязательно обладать широкими познаниями в области физики и других наук, чтобы получить новые знания и удовольствие от прочтения книги.

Лайфхак: как узнать секрет долголетия



TRANSCEND. ДЕВЯТЬ ШАГОВ НА ПУТИ К ВЕЧНОЙ ЖИЗНИ

Рэймонд Курцвейл, Терри Гроссман

Прожить долгую и счастливую жизнь без болезней и плохого самочувствия мечтает каждый. Увы, секреты бессмертия все еще не раскрыты, однако эта книга — отличное практическое пособие по здоровью и долголетию.

Все советы и рекомендации, представленные в издании, основаны на новейших исследованиях в медицине и технологиях и наверняка помогут замедлить старение и улучшить самочувствие. Авторы: директор медицинского центра Терри Гроссман и известный изобретатель Рэймонд Курцвейл — являются экспертами в области здоровья и долголетия и готовы поделиться своими знаниями с читателями.

Лайфхак: как исправить осанку



ЙОГА ДЛЯ СПИНЫ: ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ПОЗВОНОЧНИКА

Сергей Тафинцев

Автор этой книги Сергей Тафинцев преподает йогу более 10 лет. Его лозунг — корректность, безопасность, целесообразность! Каждый день тысячи людей занимаются по его роликам и обучающим видео на YouTube и отмечают, как быстро уходят боли в спине, исправляется сутулость, появляется энергия. Эффект от упражнений вы почувствуете уже после первой тренировки!

Данное издание не является учебником по медицине.

Текст и фото: Юлия ДИКОВИЦКАЯ

Работы Кати Богомазовой я впервые увидела в инстаграме. Спустя время, разбирая свои «сохраненные», я наткнулась на ее пост со снимком шикарного зеленого подноса, поверхность которого выполнена из небольших осколков керамической плитки. Потом узнала, что Катя из тех людей, у которых за плечами два высших образования, но ни одно из них не пригодилось. Это и стало трамплином к нашей встрече.

После часовой съемки ее работ мы отправились в кафе и поговорили о том, как выбрать свой профессиональный путь, если ты стоишь на перекрестке, а перед тобой целых три указателя: найм, фриланс и собственный бизнес.

— Училась я в БГУКИ на культуролога-менеджера. Пока училась, осознала, что не вижу себя в этой профессии. Даже отчислялась, чтобы потом восстановиться на платное, потому что бюджетников отправляли по распределению в деревни. После отчисления я оказалась на улице без профессии. Нужно было искать работу, чтобы платить за съемную квартиру. Это очень отрезвило меня.

Я устроилась контент-менеджером, просто чтобы получать зарплату, и принялась искать профессию, которую могла бы освоить. Потом восстановилась в университете культуры и поступила на маркетолога в БГЭУ.

— Веб-дизайну где учились?

— В Нархозе нас учили считать эффективность рекламы, а в Кульке — создавать ее. Я загорелась направлением дизайна в рекламе, но в результате пришла к веб-дизайну. Прочла еще пару книг, освоила фотешоп и сразу начала получать заказы. Потом выложила на jobs.tut.by резюме, и буквально через месяц мне предложили работу веб-дизайнером. Не думаю, что у меня были какие-то мегаспособности. Я оказалась в нужном месте в нужное время. Просто тогда был голод на специалистов сферы айти — брали на работу всех.

Я попала в небольшую компанию, ориентированную на американский рынок. Там отработала два с половиной года, и мне стало скучно. Потому что давали маленькие задачи, а хотелось видеть и понимать, как развивается проект целиком. У меня горели глаза на эту профессию, но рядом работали дизайнеры, которые ее ненавидели. Я уволилась и начала свой путь фриланса.

У меня было много заказов, наработала большую клиентскую базу и даже наняла человека, потому что не справлялась со всеми задачами самостоятельно. Из минусов — не получалось находить дорогие проекты. В основном я работала на наш рынок, российский и украинский.

Особенно нравилось взаимодействовать со стартаперами. Они приходили ко мне с горящими глазами и желанием завоевать мир. В основном я рисовала сайты и делала графику для продуктов. В процессе рисования мне захотелось свой проект. Я сказала об этом мужу, и мы придумали каталог курсов «Научись.бай». Так мы попали на Конкурс предпринимательских идей ИПМ и заняли второе место. У нас получился успешный проект, который приносил небольшие деньги. Но в профессии веб-дизайнера я постепенно начала перегорать.

— Как началась история с мозаикой?

— Работая в айти, я поехала в отпуск в Италию, в город-мастерскую Пьетрасанта. Там впервые увидела, как работают мозаичники, и решила, что хочу этим заниматься, создавать что-то стильное для интерьера. Вечерами, после работы, я искала информацию, курсы по работе с мозаикой. В итоге нашла на ютубе влог турецкого мастера. Начала больше узнавать о мозаике и материалах, подбирать себе инструменты.

На работе я рассказывала коллегам про свое хобби и то, что начала делать столешницу. Однако меня никто не понимал. Я продолжала осваивать работу с мозаикой, искать себя. Если профессия веб-дизайнера — это рациональный путь, мозаика — любовь.

— Сложно работать с керамической плиткой?

— Сложно физически. Со стеклом, например, гораздо легче. Оно тонкое и хорошо режется.

Плюсы керамической плитки в том, что из нее можно вырезать детали любой формы, она более податлива. Но самое главное преимущество — дешевизна. Стекло, особенно витражное, дорогое, а плитка «Керамин» дешевая. На картину я трачу 15-20 рублей.

Бизнес из мозаики

Можно ли заработать на ремесленничестве?

— Какие нужны инструменты, материалы для работы в технике мозаики?

— Кусачки, плиткорез, фуга и клей.

Еще я придумала технологию для создания картин. Сейчас разрабатываю совершенно новую технологию для столешниц и подносов, чтобы поверхность предметов была идеально ровной.

— Работать с плиткой не травматично?

— Нет. Я стараюсь работать в перчатках, но это по желанию. Иногда надеваю защитные очки — может попасть осколок, но это неопасно.



— Расскажите про этапы создания картины.

— Сначала я рисую эскиз картины на компьютере. Потом печатаю его в нужном размере. Кладу файл или прозрачную клеенку на эскиз, на нее сетку, а на сетку плитку. Эта техника прямого набора. Получается мозаика на сетке, которую можно легко переносить и приклеить куда угодно. Потом я поднимаю заготовку, достаю прозрачный лист и кладу в рамку на клей, швы заполняю фугой. Изделие готово.

Считаю, что самое главное — это рисунок. Как бы хорошо ты ни умел вырезать, если рисунок так себе, красивого изделия не выйдет. Идеи для изображений придумываю сама, либо вижу удачную фотографию и беру ее замысел за основу.

Хит моих работ — зеленая тематика. Как-то я гуляла с ребенком в парке и увидела потрясающую иву. Взяла лист, начала рассматривать и поняла: сама структура листа состоит из мозаики. Подумала, что можно просто воссоздать природу. Обычно мозаика рушит рисунок, а здесь наоборот. После того как я выставила на продажу первое изделие в зеленой тематике, его сразу же купили. Я поняла, что нужно искать именно такие сюжеты.

— В своем инстаграме вы сравнили мозаику с медитацией. О чем думаете, когда работаете над очередным изделием?

— Я фанат аудиокниг и интервью. Включаю фон и работаю. Получается, и изделие создала, и книгу послушала. Кайфую, когда время проходит с пользой.

Сейчас в основном работаю, когда ребенок спит. За два часа я как заново рождаюсь. Мозаика помогает переключиться, отвлечься от быта. Если день или два у меня не получается заниматься любимым делом, понимаю, что начинаю нервничать. То есть мозаика морально успокаивает: ты устаешь физически, и мысли вообще исчезают из головы.

— Существует мода на мозаику в интерьере?

— Мне кажется, моды на мозаику нет. Более того, она вообще не популярна.

Мозаика — древнее искусство, которое требует кропотливого труда и времени. Но времени сейчас тоже нет, все хотят получить изделие дешево и быстро. А это не дешево и не быстро.

Классическая мозаика из квадратов, на мой взгляд, устарела. Я стараюсь делать современные вещи и придумывать что-то свое из другой, современной мозаики.

— Когда вы поняли, что работа с плиткой не просто хобби, а путь к предпринимательству?

— С самого начала мне хотелось, чтобы мое увлечение стало дорогой в свое дело, но сразу так не выходило. Я вообще не понимала, как это возможно, потому что никто из художников нормально не зарабатывает. Только недавно, благодаря столешницам, я осознала, что мозаика может быть бизнесом.

Какое-то время я даже не понимала, к художникам себя отнести или ремесленникам. После того как мне написала итальянская галерея и предложила контракт, решила, что я художник. Еще я участвовала в выставках с художниками, но сами художники отправляли меня к ремесленникам. В общем, я искала себя. Когда осознала, что я все-таки ремесленник, все стало складываться. Вместо картин я начала делать подносы, столешницы и нашла свое место.

— Я так понимаю, художественное образование вам очень помогает.

— Мне помогает не художественное образование, а моя профессия веб-дизайнера. Там я воспитывала в себе насмотренность.

— Людям, которые приходят к вам на мастер-классы, и у них нет этой насмотренности, им сложно?

— Мы рисунки с учениками утверждаем заранее, чтобы картина получилась сто процентов. Под каждый рисунок я покупаю плитку и продумываю фугу. На мастер-классе нет времени думать, надо брать и делать.

— Сначала были мастер-классы или изделия на заказ?

— У меня не было цели проводить мастер-классы вообще. Эта идея появилась потом. Я хотела зарабатывать на изделиях. Постепенно люди сами начали писать с просьбой провести обучение.

Первый мастер-класс я провела на телеканале «Мир» в



«Когда жадно ждешь от любимого дела деньги, начинаешь злиться и можешь его разлюбить, если оно не приносит желаемого дохода. Поэтому, может, и лучше иметь другой источник для основного заработка».

программе «Еще дешевле». В прямом эфире мы сделали номерную дощечку на дом. Мастер-класс показали, но мне это ничего не дало. Я пообещала себе, что ходить на телевидение больше не буду: оно давно умерло, и в плане рекламы это прошлый век.

— Сложно было найти помещение под мастер-класс?

— Сложно. Сначала я искала сама. Встречались дорогие варианты. В основном поме-

— Где-то 30 часов, в зависимости от рисунка.

— Какие цены на ваши изделия?

— Например, небольшой журнальный столик с мозаичной поверхностью стоит \$200, картина в среднем \$100.

— Вспомните свой самый необычный заказ?

— Этот заказ мне нашел муж. Салон красоты делал ремонт и искал что-то интерес-

А на «Млыне» дорогие вещи не продаются. Из-за большого потока посетителей человек даже не успевае остановиться и все рассмотреть.

Еще я ездила в Витебск на «Славянский базар» — это для меня было эффективней всего. Там я почти все продала и получила постоянного клиента.

В следующем году планирую поучаствовать в «Фестивале национальных культур» в Гродно. Слышала, туда приезжает много иностранцев.



щения, которые сдают под мастер-классы, стоят 25 рублей в час. У меня занятие длится 7—8 часов. Это мне не подходило, потому что цена на мой мастер-класс была бы слишком высокая.

Потом я написала пост в инстаграм, что я ищу помещение, и мне люди сами начали предлагать варианты, спрашивать, сколько я готова заплатить. Так и нашла.

Помещение, которое я арендую сейчас, помогла найти моя заказчица по веб-дизайну. Она открыла творческую мастерскую, где можно проводить мастер-классы.

— Сколько времени нужно, чтобы сделать, например, столик для вина?

ное на стену. Тогда муж привез им мою картину с Мерлин Монро. В итоге заказали две картины 1x1,4 метра в стиле стимпанк, где я сама придумывала сюжеты и комбинировала плитку с металлом.

— Кроме инстаграма, где-то еще продвигаете свои изделия?

— Участвую иногда в ярмарках. Это весело, но не эффективно. За 150 рублей — столько стоит участие — можно дать хорошую рекламу в инстаграме и получить больше подписчиков, заказов.

Два раза принимала участие в Art Market и два раза в «Млыне». Сделала вывод, что у Art Market слабая посещаемость. Организаторы мало рекламируют свое мероприятие.

— По вашим меркам, изменятся ли запросы на вещи ручной работы? Можно ли уловить некую избалованность покупателей?

— Если твои изделия людям нравятся, к тебе тоже относятся трепетно и терпеливо. Если сравнивать ремесленничество со сферой веб-дизайна, то в последней тебя хотят растерзать (смеется).

Мои клиенты терпеливые и ждут заказы, сколько нужно. Подписчиков у меня немного, но это активная и благодарная аудитория. Они тоже меня поддерживают, даже когда я грущу и думаю, что ничего не выйдет. Принимаю, что занятие мозаикой не рационально и неправильно, что трачу деньги не туда.

Если относиться к себе как к бизнес-проекту, думая только о деньгах, то можно больше

заработать, не занимаясь мозаикой. Слышала хорошую фразу о писателях: «Если можешь не писать — не пиши». Я не могу не заниматься мозаикой, вот в чем проблема.

— **В профессию веб-дизайнера планируете возвращаться?**

— Вероятность высокая.

— **Потому что на мозаике не заработаешь?**

— Пока да.

Надеюсь, смогу договориться с работодателем, чтобы работать четыре дня в неделю, для того чтобы хватало времени на мозаику.

— **Работа на фрилансе тоже требует жестких временных рамок?**

— Конечно. Никто не захочет с тобой работать, если ты не можешь заниматься проектом весь день. У людей поставлены сроки, это бизнес. Они хотят быстрого результата. Им нужно получить свои деньги обратно: обновить сайт, продать товар. Никто не будет ждать и слушать, что у тебя нет вдохновения и ты решил сегодня ничего не делать. Каждый день нужно работать больше восьми часов.

— **Со стороны казалось, что профессия веб-дизайнера мегатворческая...**

— Нет, у меня другой опыт.

Когда ты работаешь в большой компании, тебе дают возможность немного позаниматься творчеством. Например, работая в найме, я еще многому училась. Мне ставили разные задачи и смотрели, где мои сильные стороны. А когда перешла во фриланс, поняла, что время — деньги. И творчеством уже заниматься некогда. Ты смотришь, что работает и приносит большой доход.

— **Любой человек может быть веб-дизайнером?**

— Сейчас да.

Когда сфера веб-дизайна только развивалась, люди позволяли себе больше творчества. Сейчас же сайты типичные. Плюс тренд минимализма — все становится усредненным, одинаковым. Даже цветовая гамма одинаковая и векторные иллюстрации похожи друг на друга. Это мое мнение, может, другой веб-дизайнер со мной не согласится. Тем не менее это профессия, которая кормит.

— **Если бы была возможность зарабатывать на мозаике больше, чем сейчас, ушли бы из нее?**

— Сто процентов!

— **Сколько, по вашим меркам, должно пройти времени, чтобы все так сложилось?**

— Не знаю. Сомневаюсь вообще, может ли так сложиться. Надеюсь только на иностранный рынок.

Думаю, я вернусь в найм. В душе я хочу заниматься мозаикой, а на работе просто выполнять задачи. Опять же, лишние деньги, которые ты

получаешь в другой профессии, можно инвестировать. Это тоже важно. Ты можешь спокойно участвовать в ярмарках, не думая, окупится она или нет. То есть больше получать наслаждения от процесса — для меня это важнее.

Мозаикой я занялась, чтобы она приносила удовольствие. И боюсь это потерять. Когда жадно ждешь от любимого дела деньги, начинаешь злиться и можешь его разлюбить, если оно не приносит желаемого дохода. Поэтому, может, и лучше иметь другой источник для основного заработка.

— **Не думали в будущем открыть студию, тем более в этой нише конкуренция невысокая?**

— Хотелось бы.

До декрета у меня была мастерская. Потом мне стало трудно туда ходить, и коробки с материалами перекочевали домой.

Думаю, я приду к тому, чтобы помещение, которое я сейчас снимаю для мастер-классов, арендовать постоянно. Сейчас у меня есть запрос на обучение по столешницам, а это уже не мастер-класс нужно проводить, а курс. Потому что столешница большая и за шесть часов не справишься.

— **Тогда ремесленничество нужно будет сменить на ИП, а это уже другие обязательства. Готовы к ним?**

— Если дело пойдет, я только рада буду.

Дизайнером на фрилансе я открыла ИП. Когда его закрывала и приводила документы в порядок, у меня глаз дергался. Документация и договоры — это не мое.

— **Дайте совет, исходя из своего опыта: как человеку, у которого есть работа со стабильным заработком, решиться начать свое дело. Стоит ли уходить из найма и резко что-то менять?**

— Резко не стоит. У вас есть выходы, вечер — этого достаточно, чтобы начать делать что-то новое. Было бы желание. Бросать работу, считаю, нельзя.

Как пример — карьера Маши Янковской. Это известный российский коммерчески успешный художник, в прошлом журналист GQ, которая занималась предметной фотосъемкой дорогих вещей. Будучи еще журналистом, Маша начала писать картины. В своем интервью она рассказывала, как ей было сложно уйти с хорошей работы, и затянулось это на года полтора. Она тоже говорила, что с работы уходить не стоит. Хотя я по своей натуре и люблю резать, в данном случае с ней согласна.

А еще можно перегореть делом, которое тебе нравится. Когда я поступала в Кулек, очень хотела работать в туризме, потому что люблю путешествовать. Оказавшись в турагентстве, была разочарована: ты сидишь, как попугай, и целыми днями рассказываешь одно и то же — скука смертная. Тогда подумала: «Боже мой, хорошо, что я там не осталась».



Среди ремесленников аудитория такая: женщины за 40, у которых есть дети-подростки, дом и жизнь уже сложилась. То есть они реализовались и со спокойной душой все оставляют, начиная заниматься творчеством. Этот путь рациональный. Но есть и другие примеры, которые говорят, что в любом деле себя надо пробовать. Плюс у всех разный старт, и это нужно учитывать. Например, у кого-то муж хорошо зарабатывает, и женщина вообще может расслабиться. Или кто-то в Минске родился, и у него уже есть квартира...

— **Если на будущее рассматривать мозаику как бизнес, что станет на первый план: амбиции художника или предпринимателя?**

— Мое внутреннее состояние. Потому что, когда я занималась дизайном, была к себе не бережна. Точнее, вообще про себя не думала, а думала о проектах, о том, чтобы заказ сделать вовремя и больше взять других, больше заработать. Поняла, что это неправильно. Нужно иметь баланс, оставлять время на отдых и сохранять любовь к делу, чтобы не перегореть и не износиться. А когда работаешь дозированно — дело приносит удовольствие.

Если говорить про второй план, наверное, это будут амбиции предпринимателя. Хотя одно другому не мешает. Например, можно взять и «растиражировать» какой-то столик или научить кого-то делать этот столик за меня. А параллельно создавать картины и быть художником.

К тому же мозаичное дело широкое: есть возможность делать полы, обкладывать камин, стены. Плюс мастер-классы. В будущем я бы хотела освоить направление корпоративных мастер-классов — считаю, это классная идея для монетизации. Сейчас я нащупываю варианты, пробую. Думаю, чтобы нравилось не только мне, но и людям.

Текст: Елена САЛАПУРА, фото: личный архив героя

«Он был невероятным ребенком: порядочным, добрым, честным, но никому не нужным»



Родитель-воспитатель Екатерина Шикеля о том, как голубоглазый парень из интерната и тяжелые последствия обычного гриппа у родных детей подтолкнули к смене профессии.

Впервые Екатерина попала в школу-интернат, когда была на практике. Она училась в Российском государственном социальном университете по специальности «социальная работа». Девушке было интересно, в каких условиях живут дети, где они спят, что едят и, в целом, как к ним относятся персонал. Однако узнать это не удалось, администрация позволила пройти только в школу.

— На тот момент мне было 23 года и, честно говоря, я не поняла, почему меня не пустили туда, где живут дети. Школы-то, в принципе, везде устроены одинаково, а вот условия проживания могут радикально отличаться. Конечно, когда я получила отказ, бытовой вопрос заинтересовал меня еще больше.

Когда Екатерина закончила университет, ее пригласили в Пинский интернат преподавать английский на полставки. По словам женщины, никакого конкурса не было, администрации просто нужно было кому-то отдать лишние часы. После трудоустройства Екатерине также предложили взять один из первых классов. Она согласилась.

— Несмотря на то что класс мне попался тяжелый, я не могла относиться к детям с безразличием: разговаривала с ними, играла, старалась много гулять на свежем воздухе. Если им нужен был телефон позвонить, то давала свой, никогда не отказывала.

«Кусочек сыра в котлете по-киевски был чем-то невероятным»

Спустя год Екатерина ушла в декрет. Когда вернулась, ей доверили шефство над детьми из пятого класса. Однако через два года Пинский интернат решили закрыть, а детей расформировать.

— Учителя стали расходиться, искать места в других учреждениях образования, а я работала до конца. Очень любила свой класс и не хотела с ним расставаться. Один ребенок мне особенно был дорог. Можно сказать, именно с него и начался мой путь к тому, чтобы стать родителем-воспитателем. Это голубоглазый парень Илья. Он был невероятным ребенком: порядочным, добрым, честным, но никому

не нужным. Его родные никак им не интересовались, даже бабушка и мама, навещая его братьев и сестер, не спрашивали о нем. Я же захотела его усыновить и стала на эту тему разговаривать с мужем. Он поддержал, и мы вместе пошли в органы опеки.

Когда там узнали, что Екатерина работает в интернате, предложили стать родителем-воспитателем в доме семейного типа. На тот момент женщина не знала, что есть такая форма, замещающая семью, но согласилась. Ей пообещали отдать Илью, который после закрытия интерната в Пинске попал в Бытеньский детский дом. Администрация, конечно, знала, что Екатерина собирается стать родителем-воспитателем и планирует забрать детей из своего класса к себе, но по закону все равно должна была

Не было ни одного ребенка без проблем: у кого-то плоскостопие, у кого-то липома на спине, размером с кулак, или камни в почках.





распределить их по другим интернатам.

— Мой дом семейного типа открылся в августе 2015 года. На воспитание нам отдали двоих девочек, которые учились в моем классе, но на тот момент уже находились в Кобринской детской деревне: Викторию и Анну. Как и обещали, Илью из Бытеньского детского дома. И сестер Ивановых: Викторию, Анну, Татьяну и Марию. Поначалу я думала, что со всем справлюсь сама:

приготовлю, по всем стираю, уберу, уроки выучу, но очень быстро поняла, что переоцениваю свои силы. За совсем короткое время я похудела на 10 кг и решила все-таки обратиться за помощью к своей маме. Мы стали разделять обязанности: одна убирает, пока дети в школе, вторая готовит еду. Позже начали приучать детей самостоятельно наводить порядок в своих комнатах и помогать по дому. Стало полегче.

Также первое, на что обратила внимание Екатерина, когда стала воспитывать детей, это их здоровье. Не было ни одного ребенка без проблем: у кого-то плоскостопие, у кого-то липома на спине, размером с кулак, или камни в почках. Женщина предполагает, что причиной тому послужили плохое питание и недостаток того ухода, который могут обеспечить в родной семье.

— О большинстве блюд, которые я для них стала готовить, они даже не знали. Кусочек сыра в середине котлеты по-киевски для них был чем-то невероятным, о мясе по-французски они, конечно, тоже ничего не знали. Своим деткам родители, как правило, стараются купить хорошую ортопедическую обувь и полезную кашу на завтрак сварить, а до детдомовских никому дела нет. Я это понимала и хотела наверстать упущенное, каждому помочь.

Екатерина не понаслышке знала, что детям в детских домах приходится несладко. Именно поэтому тех, кто попал к ней на воспитание, она старалась окутать любовью и добром.

— Мне хотелось, чтобы наша семья стала для них примером. Ведь сегодня очень мало крепких браков, в которых царит уважение и взаимопонимание. Я всегда повторяю, что легко, один раз споткнувшись, поругаться и все разрушить, но очень сложно сохранить отношения. Мы с мужем прикладываем все усилия, чтобы наши дети выросли достойными людьми, у которых есть цель развиваться и стремиться к благополучной жизни. Стараемся во всем быть для них опорой и поддержкой.

Понимала, что с большими детьми на руках не могу работать в офисе

Своих детей у Екатерины и ее мужа Эдуарда трое: Евгений, Роман и Лиза. Отношения у пары хорошие. Они поженились в 2006 году. Женщина признается, что ей очень повезло. Эдуард никогда не оставлял ее наедине с проблемами. Приходил и помогал ей с благоустройством комнат в Пинском интернате, всегда поддерживал в сложных ситуациях и находил решение любых вопросов, а главное, он смог стать другом и хорошим отцом для сына Екатерины от первого брака.

— У Эдика с моим первым ребенком с самого начала все заладилась. Они стали дружить. Позже у нас появились общие дети: дочь и сын. Все было хорошо, пока в 2013 году они не заболели гриппом, а после него не проявились осложнения. Ситуация, в которой мы с мужем оказались, также повлияла на наше решение стать родителями-воспитателями.

Спустя четыре месяца после болезни дочери пары поставили диагноз — инсулинзависимый диабет, а сыну, которому на тот момент было 9 месяцев, обструктивную астму. Семья обращалась к разным врачам, пыталась увезти девочку за границу, но все специалисты в один голос повторяли, что лишь 10% детей после прекращения приема инсулина выживают. Родители не стали рисковать и приняли решение дальше колоть дочери препарат. Екатерине нужно было каждый день приходить в сад и осуществлять эту процедуру. Никто из персонала не мог взять на себя такую ответственность, да и не хотел.

— Когда мы узнали о болезни, конечно, искали любые способы вылечить ребенка, но, к сожалению, наши попытки не увенчались успехом. Кроме уколов инсулина, нам нужно

было взвешивать все продукты, чтобы дочь соблюдала диету и сохраняла необходимый при такой болезни вес. Благо, нам помогли мои родители и семья мужа. Возвращаясь к предложению стать родителем-воспитателем, я понимала, что с больными детьми на руках не могу работать с 8:00 до 17:00 где-то в офисе, потому что должна быть постоянно с ними рядом.

Стараюсь всегда находить минутку, чтобы по душам поговорить с каждым

Годы идут, а дети взрослеют. Сейчас дочь Екатерины ходит уже в восьмой класс. В 2017 году две старшие сестры Ивановы стали студентками. Анна поступила в Минский государственный энергетический колледж, Виктория в Витебскую академию связи. Обе уже на четвертом курсе. Также в 2017 году на осенних каникулах в семью Шикеля пришли Егор и Никита. Последний поступил в Аграрно-технологический колледж, но проживает по-прежнему с Екатериной и Эдуардом. В 2018 году голубоглазый Илья поступил в филиал БНТУ на фотографа. Виктория — студентка третьего курса Минского государственного железнодорожного колледжа. Анна учится в Пинском профессиональном лицее сельскохозяйственного производства на повара.

— Несмотря на то что детки, которых мы взяли в самом начале своего пути, уже выросли, воспитанников не стало меньше. Их по-прежнему десять, потому что к нам пришли новые ребята. В сентябре 2018 года — Александр и Виталий, весной 2019 года — Диана и ее брат Кирилл. В 2020-м — Влад и Дима. Обо всех детях я могу говорить бесконечно: знаю их тревоги, недуги, что им нравится и чем они живут. Стараюсь всегда находить минутку, чтобы по душам поговорить с каждым.

У семьи Шикеля есть свои традиции: праздновать вместе дни рождения и новогодние торжества, а по воскресеньям ходить в православный Свято-Варваринский храм. Девочки любят печь, во выходным стараются радовать всю семью разнообразными кружевными пирогами. Особенный праздник Масленица, столы ломятся от большого количества блинов. Ежедневно за вечерним чаепитием в

Мы с мужем прикладываем все усилия, чтобы наши дети выросли достойными людьми, у которых есть цель развиваться и стремиться к благополучной жизни.



семье обсуждается прожитый день, дети делятся своими новостями и проблемами.

По словам Екатерины, общество к таким семьям, как у них, относится по-разному. Кто-то считает, что их пара решила на такой шаг из-за денег и недвижимости, кто-то понимает, что они просто хотели, чтобы у детей из детского дома появилась своя счастливая семья.

— Я и муж — самодостаточные люди. И у меня, и у него есть свое жилье и хорошая работа. Он уже 24 года занимается энергетикой, я тоже имею два образования и никогда ни в чем не нуждалась. Да и представьте, как тяжело держать в порядке огромный дом и успевать уделять внимание каждому ребенку. Уверена, не все справятся с тем, что делаем ежедневно мы. Ведь каждый мой ребенок — это отдельный мир, к которому нужно найти подход, а порой поработать не только учителем, но и психологом.

Писатели о деньгах



АМБРОЗ ГВИННЕТ БИРС,
американский писатель,
журналист

Цена — это стоимость
плюс разумное
вознаграждение
за угрызения совести
при назначении цены.



МИХАИЛ СВЕТЛОВ,
советский поэт, драматург

Берешь деньги в долг
чужие, а отдаешь свои.



БЕНДЖАМИН ФРАНКЛИН,
американский политический
деятель, дипломат, ученый,
писатель, журналист

Трать на один пенс меньше,
чем зарабатываешь.



СТЕФАН КИСЕЛЕВСКИЙ,
польский писатель, композитор

Деньги не дают счастья,
но каждый хочет убедиться в этом сам.



ФРЕДЕРИК БЕГБЕДЕР,
французский прозаик, литературный критик, публицист

Для того чтобы понять,
что счастье не в деньгах, нужно сперва узнать
и то и другое — счастье и деньги.



АЙН РЭНД,
американская писательница, философ

Деньги — это лишь средство. Они приведут
вас к любой цели, но не заменят вас у руля.



ИЛЬФ И ПЕТРОВ,
русские писатели-сатирики

Он любил и страдал. Он любил деньги
и страдал от их недостатка.



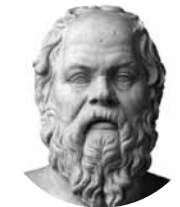
НИКОЛАЙ ГОГОЛЬ,
русский прозаик, драматург, поэт, критик

Если вы хотите разбогатеть скоро,
так вы никогда не разбогатеете;
если же хотите разбогатеть, не спрашивая
о времени, то разбогатеете скоро.



ШАРЛЬ МОНТЕСКЬЁ,
французский писатель, правовед, философ и политолог

Конечно, весьма утомительно
не иметь денег, но должны же мы
хоть в чем-то себя ограничивать.



СОКРАТ,
древнегреческий философ

Всем известно, что за деньги можно
купить туфли, но не счастье, еду,
но не аппетит, постель, но не сон, лекарство,
но не здоровье, слуг, но не друзей, развлечение,
но не радость, учителей, но не ум.



КАРЛ МАРКС,
немецкий философ, социолог, экономист, писатель

Ничто так не укрепляет веру
в человека, как предоплата.



МАРК ТВЕН,
американский
писатель, журналист и
общественный деятель

Если бы все были богаты,
то все были бы бедны.



ОНОРЕ ДЕ БАЛЬЗАК,
французский писатель

Люди, которые ищут
миллионы, весьма редко
их находят. А те, которые
не ищут, не находят ничего.



АЛЕКСАНДР ПУШКИН,
русский поэт, драматург
и прозаик

Я пишу для себя,
а печатаю для денег.

ПРАКТИКА



Не знаете, где взять деньги, чтобы инвестировать в себя? Начните с кофе

5 простых лайфхаков от бизнес-коуча Марии Евдокимовой о том, как избавиться от финансовой зависимости

Текст: Елена САЛАПУРА



Я никогда не умела копить деньги, казалось, как, а главное, что откладывать, когда и так никогда не хватает. Месяц назад меня обокрали мошенники и оставили с нулем на банковской карте. Тогда-то я осознала весь ужас неумения распоряжаться собственными средствами и решила разобраться со своими расходами и доходами, чтобы понять, а на самом ли деле я не могу откладывать, чтобы чувствовать себя финансово независимой и не паниковать в критической ситуации. Тема учета личных финансов стара как мир, но все равно многие из нас живут в постоянной нехватке денег независимо от своего заработка. Почему и что с этим делать?

Ответ я нашла в разговоре с психологом и бизнес-коучем Марией Евдокимовой, которая несколько лет назад так же, как и я, не знала ничего о финансовой независимости, имела кредит в \$4000 и кредитную карту на \$700. Сейчас у нее всего этого нет, она живет на Бали, имеет два источника пассивного дохода, оба связаны с недвижимостью. Маша закончила Югорский государственный университет по специальности «налоги и налогообложение» и там же получила второе образование педагога-психолога. Работала в малом бизнесе в «Банке ВТБ», в среднем — в «Альфа-банке» и бизнес-тренером в Сбербанке России. Ее рекомендации — это не истина в последней инстанции, а мнение человека, у которого получилось вылезти из долговой ямы и стать финансово свободной.

Лайфхак № 1. Распланируйте долгосрочные и краткосрочные мечты и работайте по принципу: от малого к глобальному

По словам Марии, нужно четко знать, чего хочешь, а это значит, все цели и задачи на ближайший год или два, пять, кому как удобнее, лучше расписать на бумаге. Соответственно, первый лайфхак — распланировать долгосрочные и краткосрочные мечты. Следующий шаг — это конкретные действия, которые необходимо выполнять, чтобы их достичь. К примеру, вы хотите переехать жить в другую страну. Цель есть. Далее нужно понять, что необходимо для ее достижения: выучить язык, найти там жилье, заработать денег на первое время. Таким образом появляется большое количество подцелей, благодаря которым вы медленно, но стремительно приближаетесь к глобальной мечте. Важный момент — все подцели должны быть осязаемы и понятны. К примеру, если речь о сумме, которую вы туда возьмете, то это должна быть конкретная обоснованная цифра, которая складывается из стоимости жилья, коммунальных услуг, расходов на продукты, транспорт и другие траты. Напомню, все это должно быть прописано на бумаге, а не храниться где-то в воображении. Такая же логика работает и в отношении покупки недвижимости, машины, путешествий и т.д. От малого к глобальному. Только важно адекватно оценивать свои возможности и в соответствии с этим рассчитывать реальную ежемесячную сумму инвестиций в свою мечту.

Лайфхак № 2. Начните вести дневник расходов

Чтобы начать инвестировать, нужно распрощаться с долгами и выплатить кредиты. Тут вернемся в нача-

ло к моему возмутительному вопросу, который, уверена, задает себе каждый из нас: «Как откладывать и наращивать доход, когда и так зарплата невысокая?» И вот на этом этапе важно разобраться с расходами и понять, куда уходят деньги. Для этого на первых порах нужно завести блокнот и каждый день указывать свои доходы и расходы. По словам Маши, ровно до того момента, пока мы не знаем, сколько тратим, деньги управляют нами, а не мы ими. Большинство людей впадут в ступор, когда увидят, что их расходы в разы превышают доходы. Но жить-то хорошо хочется? Несомненно. Именно поэтому люди занимают у банка, не понимая, что тем самым еще больше утопают в долгах. Что делать? Идем дальше.

Лайфхак № 3. Выявите «неинтересные» и нерациональные траты и откладывайте хотя бы 1% от любого своего дохода

После того как вы стали вести подробный учет финансов, нужно выявить нерациональное использование средств, скажем так, «неинтересные» и бесполезные траты. Мария, к примеру, признается, что, живя в России и работая в офисе, регулярно пила кофе, на который уходило \$6,5 в день. Следовательно, за пять рабочих дней она тратила \$32,5. Маша прекратила это делать и стала эти деньги откладывать. В умных книжках по финансовой грамотности пишут, что от каждого дохода нужно класть себе на счет 10%, но, опять же, если не удастся, то пусть это будет 1-2%. Важно в принципе приучить себя копить.

Лайфхак № 4. Благодаря накопленным средствам погасите кредиты раньше установленного банком срока.

Это поможет быстрее начать жить себе в плюс

Что касается кредитов. Они популярны во многих странах мира, не только в Беларуси. Поэтому независимость — это во всех смыслах второй повод от них избавиться. Квартира в ипотеку также относится к долгу. По словам Марии, если недвижимость не приносит доход (купили и сдаете в аренду, а вырученными деньгами оплачиваете кредит), она является балластом, который только тянет вниз. Когда вы научитесь откладывать деньги, их у вас постепенно будет становиться больше, и вы сможете оплатить свои кредиты быстрее, чем планировали. Это приблизит вас к цели — начать инвестировать в себя.

Лайфхак № 5. Действуйте!

Проблема общества в том, что мы постоянно ждем волшебную фею и хотим миллиард долларов уже вчера, но так не бывает. Для того чтобы жить в изобилии, нужно приложить усилия и научиться управлять деньгами. Это не про тяжелый труд, а про ответственность и самоконтроль, который потом просто войдет в привычку. Поэтому еще одна рекомендация — действуйте. Можно сколько угодно думать о богатстве, читать истории успешных миллионеров и думать, что это все не про вас и глубоко непостижимо, но любой путь начинается с первого шага. В нашем случае — с кофе.

Текст: Оксана МИНИНА



Как живет руководитель ИТ-направления в финансовой компании с доходом 2500 рублей в месяц

О СЕБЕ

Возраст: 30 лет.

Город: родился и вырос в районном центре, сейчас живу в Минске.

Семья: жена, сыну один год.

Должность: руководитель ИТ-направления.

В какой индустрии: финансовая компания.

Зарплата: 2500 рублей.

Должность жены: в отпуске по уходу за ребенком.

Доходы жены: 427,84 рубля.

Дополнительные источники дохода: проценты по депозитам, облигациям в банках, подарки на день рождения.

Собственность: машина, живем в квартире родителей.

Как распределяю бюджет: есть четыре счета, по которым я распределяю деньги. На первый идет 40% от зарплаты, где-то 1000 рублей, это общие семейные сбережения на крупные покупки. Второй счет и 25% идут жене на покупку продуктов, бытовой химии, вещей для ребенка. Эти деньги я не контролирую, жена покупает еду в супермаркетах возле дома, что-то сыну приобретает, что-то себе, я в эти траты не лезу. Третий счет — 15%, или 375 рублей, — это мои личные сбережения. И четвертый счет — 20% я трачу на жизнь. В основном это траты на проездной, бензин, кафе и т.д.

Сколько откладываю: из 2500 рублей каждый месяц я откладываю 55%. Часть денег во вкладах, часть — в банковских и государственных облигациях, что-то лежит на счету. Не так давно подумывал над тем, чтобы инвестировать в американские индексные фонды, но решил все-таки купить государственные и банковские облигации. Почему? Из-за выборов президента в США, плюс ко всему коронакризис — большие риски потерять деньги.

На что откладываю: семейные сбережения идут на крупные покупки, к примеру, недавно мы купили новую машину. Личные сбережения планирую потратить на обучение сына за границей. Хочу, чтобы он получил хорошее



образование. Многие мои знакомые вкладываются в американские индексы и/или недвижимость. Я не состою в «секте свидетелей бетона». В этом вопросе ближе точка зрения Уоррена Баффета, который инвестировал по принципу «вложил и забыл».

Инвестиции: 64% личных накоплений — в государственных облигациях, 36% — в банковских облигациях.

РАСХОДЫ ЗА МЕСЯЦ

Коммунальные платежи: 60 рублей за двухкомнатную квартиру.

Машина: 150 рублей на бензин, \$50 на страховку (КАСКО).

Транспорт: мой проездной стоит 45 рублей. На машине я езжу реже, чем на общественном транспорте. Это выгоднее и удобнее. С утра в автобусе читаю книгу, вечером, возвращаясь с работы, смотрю в окно — это успокаивает.

На рестораны, кафе уходит до 100 рублей, в основном это кофе навынос, в кафе почти не ходим.

Здоровье: 0! Стараюсь не болеть.

Красота: тоже ноль, меня стрижет жена.

Телефон: 20 рублей мобильная связь, еще 40 — домашний интернет.

Сервисы: «пирачу» по полной, ни копейки ни за какие приложения не плачу.





Подарки: на них деньги тоже почти не трачу. Дарю жене на день рождения подарок на сумму около \$100.

Одежда: минимализм — наше все. Покупаю один деловой костюм в год, у нас в офисе дресс-код. Костюм стоит около \$200, еще две рубашки — \$100. Повседневной одежды еще достаточно.

Спорт: из-за коронавируса не хожу в бассейн, поэтому 0.

Благотворительность: 0.



КАК Я ЖИВУ И ВЕДУ БЮДЖЕТ

Раздельный бюджет вели с женой еще до ее выхода в декрет. С каждой зарплаты оба откладывали фиксированную сумму, но пособие на ребенка — это не для сбережений, поэтому последние два года сберегаю только я. Также около 600 рублей ежемесячно перевожу жене на карту для ежедневных покупок. Как и куда тратит, не контролирую.

Личные деньги — около 500 рублей ежемесячно — трачу на бензин (200 рублей), коммунальные платежи (60 рублей), мобильный интернет и связь (60 рублей), проездной на общественный транспорт (45 рублей), кофе в кофейнях во время рабочих встреч (50 рублей), зерновой кофе для офисной кофемашины (30 рублей) и «профсоюзные взносы» на день рождения коллег (до 50 рублей).

Рабочий день проходит по стандартному графику: просыпаюсь в 7 утра, завтракаю, еду на работу, до обеда дважды пью кофе, на обед беру «ссобойку», потом прогуливаюсь по парку, еще одна кружка кофе, вжух — и конец рабочего дня. Возвращаюсь домой, ужинаю, играю с ребенком, потом остается пару часов посмотреть ютуб, почитать статьи в интернете или посмотреть футбол. К полуночи иду спать.

Могу два-три дня подряд ничего не тратить. Не веду на рекламу и ухищрения маркетологов, нет навязчивых мыслей купить ненужную мелочь.

В отпуск в последний раз ездили в прошлом году в санаторий под Брестом. В этом году планировали поездку на море, но из-за коронавируса никуда не поехали. До рождения ребенка ездили на отдых в Турцию, Испанию, на шопинг в Польшу и Россию.

Использую карточные предложения банков только с кешбэками. По одной карте получаю кешбэк 3% за покупки в гипермаркетах и на заправках, а также 5% за покупки в категории развлечения (кафе, бары, рестораны). За услуги мобильной

связи плачу другой картой с кешбэком 1,5%. Коммунальные услуги оплачиваю картой «Бархат» (взял у отца-пенсионера) с кешбэком 1%.

Стараюсь оплачивать каждую покупку картой с максимальным кешбэком. Недавно покупал машину, оплатил картой, и банк вернул 870 рублей. Таким образом ежемесячно получается вернуть 20-25 рублей.

ИТОГ

Траты в месяц:
квартира — 60 рублей;
продукты и еда — 700 рублей;
транспорт — 250 рублей;
развлечения — 100 рублей.



Какие у вас отношения с деньгами?
Или на какой вы стадии этих отношений?
В нашем материале вы можете это узнать
и уже сегодня стараться делать все, чтобы перейти на следующую стадию.

7 стадий отношений с деньгами

Выясните,
на какой из них
находитесь вы

Источник: lifehaker.ru



1 ВЫ ЗАВИСИМЫЙ

На этой стадии вы полностью зависите от других. Мы все с нее начинаем, потому что в детстве не можем обеспечивать себя самостоятельно. Кто-то остается на ней все время учебы, а кто-то и дольше.

Однако вы в зависимом положении не только тогда, когда вас обеспечивают родители или партнер, но и когда тратите больше, чем зарабатываете. Например, пользуетесь микрозаймами или берете в долг у друзей, чтобы свести концы с концами. В любом случае вы полагаетесь на кого-то или что-то, чтобы покрыть свои расходы.

2 ВЫ ПЛАТЕЖЕСПОСОБНЫЙ

Это первая ступень фазы выживания. Вы достигли ее, если способны оплатить все счета и не полагаетесь ни на чью помощь. У вас может быть задолженность, но вы делаете взносы каждый месяц и не добавляете новых долгов. Кто-то достигает этой стадии еще во время учебы, а кто-то вообще никогда.

Чтобы двигаться дальше, постарайтесь в первую очередь выплатить займы с высоким процентом. Подумайте, как можно увеличить доходы или снизить расходы, чтобы быстрее погасить эти долги.

3 ВЫ СТАБИЛЬНЫЙ

На этой стадии вы регулярно выполняете свои финансовые обязательства, уже выплатили часть долгов и научились сокращать траты. Теперь важно создать финансовую подушку безопасности. Она спасет от новых займов в случае непредвиденных расходов. Начните каждый месяц откладывать хотя бы по 5% от своего дохода, а со временем увеличьте сумму до 10%.

Сделайте этот процесс автоматическим, чтобы не возникало соблазна потратить деньги на что-то другое.

На стадии стабильности у вас еще может быть крупный долг, например ипотека, но вы освободились от потребительских кредитов, и у вас нет необходимости брать новый.

4 ВЫ САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ

Вы управляете своими расходами и не живете от зарплаты до зарплаты. Вы также отложили какую-то сумму в резервный фонд. Благодаря этому не так сильно зависите от своей работы. Если вы потеряете текущее



место или сами захотите уйти, то сможете спокойно прожить какое-то время.

После этой стадии вы перейдете от выживания к процветанию. Деньги станут не страховочной сеткой, а инструментом, с помощью которого можно построить для себя и семьи ту жизнь, какую вам хочется. Следующий шаг для этого — инвестировать средства, которые вы откладываете.

5 ВЫ УВЕРЕННЫЙ

Вы на той стадии, когда доход от инвестиций покрывает базовые потребности (плату за жилье, коммунальные услуги, еду, транспортные расходы). Тем не менее вы пока не можете совсем не работать и жить на пассивный доход.

Его хватит на самые необходимые нужды, но не на комфортную жизнь. Чтобы двигаться дальше, продолжайте увеличивать свои доходы и вкладывать деньги.

6 ВЫ НЕЗАВИСИМЫЙ

Постепенно доход от инвестиций вырастает до того, что может поддерживать ваш текущий уровень жизни до конца дней. Теперь вы можете позволить себе оставить основную работу и ни о чем не волноваться. У вас достаточно средств, чтобы путешествовать, заняться творчеством или еще чем-то, о чем вы давно мечтали.

Для многих людей эта стадия является конечной целью. Невозможно проверить, достигли вы ее или нет, ориентируясь на конкретную сумму, потому что у всех разный стиль жизни и разные запросы.

7 ВЫ ЖИВЕТЕ В ИЗОБИЛИИ

На последней стадии пассивный доход обеспечивает вас с лихвой. У вас не просто достаточно средств, их даже больше, чем нужно вам самому и вашей семье. На этом этапе многие решают построить собственный бизнес или заняться благотворительностью.

Теперь пора задуматься об умелом управлении не только финансами, но и активами. Решите, как будете контролировать источники пассивного дохода, как распределите прибыль от разных инвестиций, кому из ваших близких они впоследствии перейдут. И не забывайте относиться к деньгам разумно, чтобы не вернуться на несколько стадий назад.



Правила, о которых нам еще раз напомнил коронавирус

Коронавирус напомнил нам, что нужно быть готовым к самым непростым жизненным ситуациям. Причем всегда. Эти ситуации касаются самых разных аспектов жизни, в том числе финансового. Мы собрали в одном материале правила, которые нужно стараться соблюдать постоянно, чтобы ваша финансовая лодка сильно не раскачивалась.



1. НУЖНО БОЛЬШЕ ИСТОЧНИКОВ ДОХОДА

Иметь всего один денежный поток, даже стабильный — очень ненадежно. Его запросто может перекрыть коронавирусная или любая другая глыба. Например, компания с большими зарплатами может не выдержать кризиса и закрыться. Но после ее закрытия вам и вашей семье все-таки нужно есть, поэтому необходимо иметь запасные варианты.

В идеальном мире люди совмещают активный и пассивный источники дохода. Потеряли работу — живете на деньги от сдачи в аренду недвижимости или акций. Но мы живем в мире обычном. Так что стоит подумать о том, чтобы иметь подработку или хотя бы общаться с людьми, которые в любой момент могут вам ее дать.

Пользы от этого больше, чем кажется. Дополнительный доход позволит вам пережить трудные времена при потере основного. К тому же благодаря связям и репутации найти работу проще, особенно в кризис.



2. НУЖНА ПОДУШКА БЕЗОПАСНОСТИ

Об этом базовом принципе финансовой защищенности знают, кажется, все. Или, по крайней мере, должны знать. Правда, не многие ему следуют. По данным опросов «С какими финансовыми трудностями люди

столкнулись в период пандемии?» к началу пандемии только у 26% опрошенных были сбережения, которых хватило бы, чтобы пережить самоизоляцию. У 29% деньги в заначке были, но немного. А 45% встретили этот период совсем без накоплений.

Зачастую отсутствие подушки безопасности списывают на небольшой доход. Но здесь дело не в том, сколько человек в действительности получает. Просто он тратит все, и ему нечего откладывать.

Часто подушку сложно сохранить, потому что сумма накапливается большая, случай, на который она собиралась, все не наступает — и средства тратятся.

Коронавирус красноречиво дал понять, что будет, если что-то случится, а денег нет. Поэтому подушка безопасности точно нужна всем: и тем, кто зарабатывает 700 рублей в месяц, и тем, кто 4000. А потому, если нет такой заначки, лучше начинайте откладывать деньги, пока у вас не скопится сумма, которой хватит хотя бы на три месяца жизни без дохода.



3. ЗАЛЕЗАТЬ В ДОЛГИ НЕ НУЖНО

Освежите в памяти еще одну прописную истину. Кредиты не абсолютное зло. Это инструмент, которым надо уметь пользоваться. В частности, брать займы только на необходимые прямо сейчас вещи. На все остальные стоит копить или не покупать то, что не по карману.

А еще кредиты — не для тех, у кого нет денег. Они для людей, у которых деньги гарантированно будут, но не сразу.

Устойчивость вашего бюджета зависит не только от размера доходов, но и от правильного планирования текущих расходов, выплат по кредитам и наличия финансовой подушки безопасности.

«Коронавирус красноречиво дал понять, что будет, если что-то случится, а денег нет. Поэтому подушка безопасности точно нужна всем: и тем, кто зарабатывает 700 рублей в месяц, и тем, кто 4000».



4. ХОРОШАЯ РАБОТА — ОФИЦИАЛЬНАЯ РАБОТА

Здесь расскажем о ситуации в соседней России, которая не коснулась нас, но вынести урок из нее мы все-таки должны. С конца марта по середину мая там были объявлены коронавирусные выходные с сохранением зарплаты. По умолчанию считается, что они ударили в основном по бизнесу, который потерял работников, но вынужден был содержать их. Сотрудники при таких раскладах якобы отделились малой кровью.

Но нужно вспомнить о черных и серых схемах выдачи зарплаты. В первом случае работник никак не трудоустроен, следовательно, по решению нанимателя может остаться без дохода.

Коронавирус показал, как стечение обстоятельств может привести к глобальному кризису, в котором люди, трудоустроенные официально и по всем правилам, оказываются в гораздо более безопасной ситуации. Неслучайно в сентябре 2020 года только 39% были готовы на черную или серую зарплату. Для сравнения: в апреле 2020 года таких было 46%, а в феврале 2009 года и вовсе 60%.



5. ДОСТАВКА — НАШЕ ВСЕ

Онлайн-торговля развивается давно, но коронавирус ускорил этот процесс и для тех, кто долго сопротивлялся. И у этого тренда есть масса преимуществ.

Во-первых, онлайн-покупки здорово экономят вам время и силы. Накидать товар в корзину, а потом встретить курьера явно быстрее, чем ехать в гипермаркет со списком, а затем волочь тяжелые пакеты к себе на этаж.

Во-вторых, сберегать деньги так тоже проще. Если раньше, чтобы найти товары со скидками, приходилось обойти несколько магазинов, то сейчас надо открыть несколько приложений.

Разумеется, онлайн затронул не только сферу торговли продуктами. Но, кажется, именно для нее коронавирус стал особенно мощным драйвером развития. И в целом благодаря пандемии мы получили действительно удобные каналы покупок буквально чего угодно через интернет.



6. БЕРЕЧЬСЯ МОШЕННИКОВ НУЖНО ВЕЗДЕ

Людям свойственно считать, что на удочку злоумышленников попадают только совсем доверчивые жертвы. На деле случается, что деньги мошенникам отдают очень умные люди, потому что преступники умеют быть убедительными, давить на нужные точки и управлять чужим вниманием.

В пандемию атаки злоумышленников участились. Мошенники совершенствуют свои методы, и пора понять: никто не в безопасности. Надо действительно быть очень осторожным при ответе по телефону, вводе данных в интернете, продаже вещей через сайты и так далее.

Запомните: быть доверчивым не стыдно и легально, а вот мошенничать — нет.

Согласно новым данным IBM по США, пандемия коронавируса ускорила переход покупателей от физических к онлайн-магазинам на 5 лет, пишет TechCrunch.



Что делать, если мозг не хочет учиться

Текст: Оксана МИНИНА

Нынешнее время — это время изменений и стрессов. Хотя изменения — сами по себе стресс. Но меняться и учиться новому нужно, причем постоянно. Как получать новые знания в наше время, когда совсем не до этого и мысли заняты другим? Читайте наши советы, как просто и быстро настроиться на учебу.

Всемирная организация здравоохранения назвала стресс общемировой эпидемией. Ученые даже рассчитали его цену: ежегодно затраты на здравоохранение из-за стресса на рабочем месте в ЕС составляют 20 млрд евро, в США — 190 млрд долларов.

Когда человек находится в состоянии стресса, он не может полноценно работать и нормально учиться. Внимание рассеивается, наблюдаются трудности с запоминанием материала, желание узнавать новое стремится к нулю, так как весь организм напряжен до предела. Учиться в стрессе — это все равно что в боксерских перчатках пытаться завязать шнурки. Стресс блокирует мозг и не дает ему выполнять простые алгоритмы.

Важно отметить, что стресс негативно отражается на обучении, только если вызван внешними факторами и не связан с целенаправленным учебным процессом. К примеру, финансисту нужно пройти обучение и сдать экзамен. При этом в семейной жизни он переживает кризис. Стрессовая личностная ситуация ослабит способность к обучению и поставит сдачу экзамена под угрозу. Теперь представим, что в частной жизни у студента все стабильно, а стресс вызван реакцией на новизну изучаемого материала, его сложность, которая неотделима в процессе обучения. В этом случае стресс положительно скажется на запоминании нового материала, человек успешно сдаст экзамен и получит заветную «корочку».

Стресс можно разделить на хороший — «эустресс», и истощающий — «дистресс». И вообще, стресс — это не всегда плохо. При учебе он помогает организму адаптироваться к неблагоприятным факторам. Канадский физиолог Ганс Селье, известный как «отец стресса», также не считал его вредным, а рассматривал как реакцию, помогающую организму выжить.

Мы переживаем три стадии стресса. Первая — это тревога. Сначала устойчивость организма падает. Затем он запускает резкую мобилизацию своих ресурсов. Умеренный стресс способствует быстрому запоминанию информации, трудоспособности, сосредоточенности и сообразительности. Однако эта связь работает, только если стресс связан с самой задачей запоминания. Например, мы спешим выучить материал в ночь перед экзаменом и боимся, что нам не хватит времени.

За стадией тревоги следует сопротивляемость, после которой приходит истощение. Уже из самого названия становится понятно: ресурсы организма резко сокращаются, что приводит к психологическим и физическим проблемам. Самое опасное, что может наступить, — хронический стресс, и наша задача — помочь себе, чтобы этого не случилось. При высоком уровне стресса на первый план выходят низкоуровневые процессы, связанные с базовым выживанием, а извлечение информации из долговременной памяти и освоение новой информации становятся менее успешными.



Как настроить мозг на запоминание новой информации



Вам нужно пойти погулять

ПРОГУЛКА

Вам нужно пойти погулять. Важное условие: без музыки, телефона, похода в магазин, компании, детей или домашних животных. Просто гуляйте в одиночестве без цели в течение 20 минут. Не по дороге на работу или в спортзал, а именно куда глаза глядят. Психолог Фрэнсин Шапиро, прогуливаясь по парку, заметила, что тяжелые мысли, которые посещали ее, в течение ходьбы исчезали, и на их место приходило умиротворение и более позитивная оценка текущей ситуации. При этом ученые из Стенфорда выяснили, что прогулка по парку больше снижает тревогу, чем прогулка по оживленной улице.

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Они стимулируют когнитивные функции: движение кислорода к мозгу, рост нейронов, которые делают нас более устойчивыми к стрессу и иным повреждениям. Не учится новый материал? Побегайте на площадке возле дома или потанцуйте под самую бешеную музыку, которую найдете в своем плейлисте. Исследования показали, что умеренные аэробные упражнения, такие как ходьба или бег несколько раз в неделю, помогают улучшить настроение, улучшить сон и обострить внимание.

ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ

Это очень тонкий инструмент управления своим состоянием. Когда мы спокойны, то дышим ровно. Когда волнуемся, наше дыхание учащается или прерывается. Исследователи сделали вывод, что дыхательные практики позитивно влияют на нейрокогнитивные, психофизические, биохимические и метаболические функции организма. Самое простое, что можно делать, если у вас что-то происходит, сделать вдох со словом «здесь» и выдох со словом «сейчас». Если ситуация не отпускает, попробуйте технику «Четыре счета». Посчитайте до четырех и вдохните, затем, досчитав до четырех, выдохните, потом снова, дойдя до четырех, задержите дыхание. Это простое упражнение поможет взглянуть внутрь себя и успокоиться.



ПИШИТЕ ОТ РУКИ

Еще со школьной скамьи мы привыкли писать от руки целые тетради, развивая почерк, моторику, память. Письмо успокаивает, активизирует работу мозга, улучшает память и обучаемость. Психологи иногда используют прием, называемый графотерапией. К примеру, человеку, который испытывает сильные переживания, рекомендуется 20 раз подряд написать «Я буду более спокоен». Ежедневное повторение такого приема действительно оказывает эффект на человеческую психику. Исследованиями доказано, что каллиграфическое письмо заставляет работать одновременно оба полушария головного мозга, таким образом синхронизируя их деятельность. Ученые объясняют это тем, что человек, пишущий от руки, выполняет сложные действия мелкой моторики, сопоставимые с игрой на музыкальном инструменте.

Каллиграфическое письмо заставляет работать одновременно оба полушария головного мозга

РЕПЕТИЦИЯ

Если предстоит важный экзамен, порепетируйте дома. Ученые выяснили: чем хаотичнее и неопределеннее обстановка, тем выше стресс и уровень тревоги. Сам фактор новизны — неизвестная комиссия, незнакомая институция, где нужно сдавать тесты, — уже является сильным источником стресса. Оденьтесь как на сдачу экзамена, сядьте дома, словно отвечаете перед комиссией. Это поможет обмануть мозг и даст ему привыкнуть к новой обстановке.

СВОЙ ФОРМАТ

Полюбите облегченные форматы. Просвещение вместо обучения. Личное и профессиональное развитие — это не только сложные курсы и тренинги, а любое потребление новой информации и переосмысление своего опыта. Просмотр документального фильма, прослушивание подкастов, чтение книг и научных статей, интеллектуальные командные игры — выбирайте тот формат, который интересен именно вам.

НУЖНА ЦЕЛЬ

И последнее, но важное: учеба, как и работа, должна вас вдохновлять и иметь понятную цель — зачем я это изучаю, читаю, зачем этим занимаюсь. Если есть четкие ответы на каждое «зачем?», то никакой стресс не сможет отбить у вас привычку учиться.



СВОИ РИТУАЛЫ

Создавайте ритуалы начала обучения и его окончания: например, перед началом урока пейте кофе из любимой кружки. Особенно это актуально в ситуации с онлайн-обучением, когда граница между учебой и другими активностями смещается, что приводит к усилению стресса. Создайте для себя уютное место, исключите отвлекающие факторы. Составьте распорядок дня и неукоснительно следуйте ему. В состоянии крайней неопределенности и стресса важно, чтобы были четкие регламенты и ориентиры, которые помогают создать ощущение стабильности.

КОРОТКИЕ ПРОМЕЖУТКИ

Для обучения выбирайте дробные короткие форматы — микролернинг. Не ставьте цель прокачать креативность за 4 часа, тем более что это невозможно. Учиться каждый день по 15-30 минут в большинстве случаев эффективнее, чем раз в месяц по 7 часов.



Текст: Елизавета БЕЦКО
Иллюстрации: James YANG

Отцы, дети, деньги

Полезные финансовые привычки,
которые стоило бы перенять
у беби-бумеров, «иксов»
и миллениалов



Когда речь заходит об управлении деньгами, разница в подходах к этому вопросу между поколениями прямо-таки бросается в глаза. Если наши бабушки и готовы хранить сбережения в банках, то по большей части трехлитровых. Наши мамы охотнее доверяют кровно заработанные финансовым институтам, но не больно-то жалуют финтех. У нас самих обширный спектр возможностей для накопления и инвестирования, но мы готовы влезать в кредиты, чтобы как минимум дважды в год пополнять Instagram фото из очередной экзотической страны, снятыми на последнюю модель iPhone.

Чужие шишки, безусловно, хороши тем, что, если основательно изучить природу их появления, вам посчастливится не набить своих собственных. Зацикливаться исключительно на чем-то негативном опыте тоже неверно. К счастью, люди не ошибаются 24/7, и финансовое поведение беби-бумеров, «иксов» и миллениалов имеет однозначно сильные стороны, к которым стоит получше присмотреться.



Нине Михайловне Вишневской 72 года. Она ведет образ жизни классической пенсионерки: с середины осени до весны живет в городской квартире, а в теплое время года перебирается за город на дачу.

«Мой основной источник дохода — пенсия. Большая ее часть уходит на питание, лекарства, коммунальные и другие обязательные платежи. Оставшиеся деньги я стараюсь отложить, но получается не всегда. Почти каждый месяц случаются непредвиденные расходы: то дома что-то поломается, то врач назначит дорогостоящие препараты. Недавно терапевт направил на дневной стационар — прописал курс капельниц стоимостью 250 рублей. Что поделаешь, здоровье поправить надо, пришлось купить», — констатирует женщина.

Гардероб Нина Михайловна пополняет редко и только в случае очевидной необходимости, когда вещи приходят в негодность и переделать или починить их уже невозможно. «Наряды на выход классического фасона остались еще с допенсионных пор. Устаревшие модели осовременила внучка: кое-что перешила, отпоролла подплечники, поменяла пуговицы. Что касается обычной одежды, ее я покупаю в секонд-хендах: выбираю дни, когда действует самая боль-



шая скидка или выставлена минимальная цена за килограмм. Иногда что-то отдают подруги, у которых изменилась фигура. С обувью сложнее. У меня большие ноги. Испортила их еще в молодости: во времена тотального дефицита в СССР красивую и удобную пару по размеру было не достать, а на работу обязательно нужно было при полном параде и на каблуках. Приходилось терпеть и носить то, что удалось раздобыть, приговаривая: «Красота требует жертв». Как следствие — тяжелое плоскостопие и вальгусная деформация большого пальца. Теперь подобрать что-то подходящее — настоящее испытание для меня. Даже от мысли о примерке все внутри сжимается. Обувь нужна комфортная, ортопедическая, а стоит такая недешево. Покупаю, если в городских универсамах или фирменных магазинах есть скидочные акции и распродажи», — признается пенсионерка.

Рацион у Нины Михайловны незамысловатый и, можно сказать, диетический: супы, каши, овощные рагу, кисломолочные продукты, немного курицы и рыбы. Никакого жирного или глубоко переработанного мяса, колбасных изделий, полуфабрикатов, блюд из кулинарии, экзотических деликатесов, магазинных сладостей и выпечки. Прежде чем отправиться за продуктами, женщина составляет



список, внимательно изучает буклеты с акционными предложениями от гипермаркетов и выбирает сеть, где продается больше всего необходимых товаров по выгодной цене.

«Если мне нужен фарш, я почти никогда не беру готовый: покупаю кусочек мяса или тушку цыпленка, сама разделяваю и перекручиваю, а косточки оставляю на суп. Магазинные овощи и фрукты на моем столе — тоже редкость, разве что какие-нибудь бананы. Почти все со своего огорода, даже виноград. Повезло, что в моем городском доме есть подвал. Там всю зиму без проблем хранится картошка, морковь, свекла, лук, чеснок. Горох, фасоль, петрушку, укроп, зеленый лук, яблоки и сливы я сушу, даже купила специальный электроприбор. Без закаток тоже никуда: мариную помидоры и огурцы, делаю лечо из кабачков. Если удастся выбраться в лес, полки пополняют банки с грибной икрой, клюквенным и брусничным джемом. Клубника, вишня, малина, смородина и другие ягоды также идут на варенье или отправляются в морозильник — отличный вариант для компотов и пирогов», — делится пенсионерка.

Дочь Нины Михайловны Снежана давно живет в другой стране. До появления высокоскоростного интернета женщины созванивались по телефону: «Разговоры по межгороду — дорогое удовольствие. Снежана в основном сама меня набирала, но из-за тарифов наше общение больше напоминало рапорт, а не душевную беседу. Сейчас есть возможность звонить и переписываться через программы и мессенджеры, это гораздо выгоднее. Внучка отдала мне свой нетбук, научила выходить в Сеть».

Кстати, недавно Нина Михайловна поменяла интернет-провайдера. «Раньше у меня был безлимит по специальной цене для пенсионеров от государственного предприятия, а кабельное телевидение я подключала отдельно в небольшой частной компании. Цены выросли, и внучка посоветовала обратить внимание на комплексные пакеты услуг. Как раз в это время мне в почтовый ящик попала листовка с подобным рекламным предложением от мобильного оператора. Я погуглила, приценилась, расторгла старые договоры и заключила новый. Условия хорошие: первый год большая скидка, а потом вполне разумная цена, — резюмирует пенсионерка. — Теперь и рецепт нужный могу загуглить, и с подругой из Германии по Skype поговорить, не считая минуты, и за квартиру заплатить. Сделать последнее я долго не решалась, все ходила в ближайшее отделение «Беларусбанка» через дорогу на горочке. Чтобы я не ждала в очереди, консультант показала мне, как делать платежи через инфокиоск, и порекомендовала освоить интернет-банкинг. Через некоторое время отделение закрылось, а ходить на почту было далеко. Пришлось вспомнить слова сотрудницы банка и разобраться в премудростях онлайн-платежей. Очень довольна, и никакой комиссии».

Финансовые лайфхаки от беби-бумера Нины Михайловны:

- покупать одежду, когда она действительно нужна;
- выбирать удобную качественную обувь;
- придерживаться здорового рациона;
- готовить дома;
- вести подсобное хозяйство;
- делать заготовки на зиму;
- при возможности оптимизировать расходы на необходимые услуги, к примеру интернет и TV;
- активно пользоваться системами дистанционного банковского обслуживания.



Светлане Романовне Виноградовой 52 года. Она индивидуальный предприниматель — занимается ремонтом салонов автомобилей. Женщина развелась, когда ее сыну Евгению было два. В воспитании ребенка бывший муж ни морально, ни материально не участвовал, напротив, скорее создавал проблемы.

«В 90-е вряд ли кому-то было просто. Может быть, поэтому я старалась сохранять позитивный настрой и много думала, как могу изменить ситуацию к лучшему, чтобы Женя ни в чем не нуждался, несмотря на мой статус матери-одиночки. Мне повезло: вокруг были люди, готовые поддержать, подсказать что-то дельное. Постепенно выкристаллизовалось желание уйти с низкооплачиваемой работы в БТИ и открыть свое дело. Решение было рискованное, но моя близкая подруга, крестная сына, заверила меня, что я обязательно справлюсь. Так и произошло. Нет, деньги не посыпались с неба, но даже в самые плохие месяцы я стабильно имела свою прежнюю зарплату», — вспоминает Светлана Романовна.

Пока молодая мама трудилась, выстраивая бизнес, присматривать за ребенком помогали ее родители. «Женя рос спокойным, как будто понимал мою занятость, и лишней раз не требовал к себе внимания, но я старалась посвящать сыну каждую свободную минуту. Детские вещи тогда продавали какие-то нелепые, а я хотела, чтобы мой мальчик был как куколка. В советских журналах часто печатали выкройки. Я искала их по старым подшивкам, собирала, при необходимости совершенствовала и шила вещи сыну. Он был у меня как маленький манекенщик: знакомые, увидев на ребенке красивую нестандартную одежду, просили повторить модель для их детей. Так я получала дополнительные заказы, а Женя — новый набор обожаемого Lego на Новый год. Даже сейчас они стоят немало, а в то время вообще были по астрономическим ценам. Ребенок знал, что это очень дорогой и ценный подарок, поэтому берег конструктор и играл с ним очень аккуратно. Вообще, я никогда не скрывала от сына, сколько денег в нашей семье и каким трудом они даются. Мне кажется, это было правильно, поскольку Женя вырос очень здравомыслящим человеком в финансовом плане, в облаках не витает. Он в силах согласовать свои желания с возможностями и грамотно расставить приоритеты», — констатирует женщина.

«Я, разумеется, не считаю, что современным мамам при их колоссальной загруженности есть смысл ночи напролет сидеть за швейной машинкой, обшивая чадо, но минимально починить одежду, удлинить рукава и штанины совсем несложно. Нецелесообразно нести в мастерскую вещи, которые со дня на день станут малы или придут в негодность. Вы потратите неоправданно много денег и времени на то, с чем бы легко справились сами», — уверена Светлана Романовна.

Женщина отмечает, что, если бы сегодняшнее разнообразие товаров для детей было в первые годы ее материнства, в конце концов она точно оказалась бы на паперти: «Маркетологи умело манипулируют желанием родителей дать ребенку все самое лучшее. Когда ты молод и неопытен, трудно трезво оценить, что действительно необходимо приобрести, а на что тратиться не стоит. В 90-е выбирать было не из чего, раздобыть хоть что-нибудь почитали за счастье. Теперь нужно посоветоваться с «бывальными», перечитать десятки форумов, пересмотреть гигабайты роликов в интернете, послушать авторитетных медийных педиатров, чтобы составить собственное суждение и понять, быть или не быть каким-нибудь очередным ходунком-прыгунком. На этой почве и невроз недолго заработать».

По мнению женщины, если уж нестерпимо хочется образцово родить и выполнять «программу максимум» по обеспечению счастливого детства, то совсем необязательно одевать ребенка в бутиках или покупать ему новейшую модель коляски в Mothercare: «Неправильно вкладывать средства в красивую картинку, создавать видимость благополучия ваших детей вещами с громким именем на ярлычке. Незазорно взять что-то в секунде или найти на Kufar, арендовать или принять в дар от знакомых. Сэкономленные деньги лучше потратить на полезные продукты, качественные игрушки, образовательную и развлекательную активность для малыша. Штанишки из Zara рано или поздно уступят в противостоянии с горкой, а впечатления от интересного путешествия в другую страну или большого детского дня рождения останутся навсегда».

Жизненные обстоятельства не только закаляли характер Светланы Романовны, но и сформировали привычку глубоко погружаться в специфику каждой решаемой проблемы, особенно если речь идет о вопросах, которые считаются традиционно мужскими. «Часто приходилось сталкиваться с недобросовестными сантехниками, плиточниками, столярами, автослесарями и прочими мастерами, которые считали, что если в их услугах нуждается женщина, то она в этом ничего не понимает, а значит, можно особо не напрягаться и делать абы как. Одна моя пожилая

Финансовые лайфхаки от «икса» Светланы Романовны:

- искать оптимальный источник заработка, при возможности работать на себя;
- не отказываться от подработок;
- проводить несложный ремонт одежды самостоятельно;
- не покупать неоправданно дорогие детские вещи, трезво оценивать необходимость приобретения разрекламированных товаров;
- не экономить на образовании и ярких впечатлениях ребенка;
- не отдавать свои бытовые проблемы всецело на откуп нанятому специалисту, вникать в специфику решаемых вопросов.



знакомая, Анна Николаевна, захотела ремонт под ключ: официально наняла бригаду в крупной фирме, заплатила немалые деньги за работу и материалы. Чтобы не дышать пылью и не путаться под ногами у строителей, женщина на время переехала к дочке. Вернулась принимать готовую квартиру, никаких недочетов не заметила. Через пару лет на натяжном потолке в одной из комнат появилась странная выпуклость. Приехал специалист, снял часть полотна и обнаружил «привет» от электриков — 11-метровый моток кабеля. Видимо, «умельцы» неправильно рассчитали, сколько потребуется для разводки на светильники, а когда осознали свою ошибку, долго не думали: спрятали лишнее под потолком, прикрепив с помощью стяжек и саморезов. Со временем конструкция обьехала и уперлась в потолочное полотно. Так тайное и стало явным. Страшно представить, сколько еще подобных сюрпризов предстоит обнаружить бедной Анне Николаевне. Признаюсь, даже мне с образованием в области проектирования и строительства раньше не всегда хватало знаний разглядеть халтурную работу. Да здравствует прогресс и YouTube, сейчас со мной такой номер не пройдет. Прежде чем кому-то делегировать ремонт машины, установку двери, да что угодно, я «учу матчасть». В интернете столько информации, каждый «чайник» разберется. Нельзя самостраняться и пускать процесс на самотек, у вас есть полное право контролировать все этапы и задавать вопросы. Женщине в наше время отмахиваться и аргументировать «я девочка, я хочу платьице» — это себя не уважать», — подытоживает Светлана Романовна.



Марку Никонову 30 лет. Он инженер на крупном государственном фармацевтическом предприятии. Пять лет назад он женился на Маргарите.

«Как ни странно, бракосочетание очень помогло поправить финансовое положение моей семьи. Мы с Ритой были против пышных торжеств и не хотели в наш день устраивать несуразное мероприятие на 100 малознакомых человек в стиле «дешево и сердито» с разнородной дичью типа выкупа невесты, хорошего тамады и веселых конкурсов. Вместо всех этих танцев с бубном решили организовать свадьбу в камерном формате: 14 самых близких людей, приятное заведение с хорошей кухней на берегу живописного озера, тщательно подобранное

музыкальное сопровождение. В ресторане даже не знали, что у нас за праздник. Мы не признавались умышленно, ибо как только произносится слово «свадьба», невеста откуда в счете берутся лишние нули. Никаких внешних признаков тоже не было: Маргарита не захотела спускать деньги на традиционное белое платье-пирожное и выбрала нейтральный наряд. В общем, начинать семейную жизнь с кредита не пришлось, а подаренных денег хватило, чтобы отремонтировать и полностью обставить супружескую спальню», — рассказывает Марк.

Ремонт молодой человек почти полностью делал сам, только новое окно и натяжной потолок — дело рук специально обученных людей. «Для стяжки пола, отделочных работ, укладки ламината много ума не надо, это чисто физический труд и элементарное умение пользоваться уровнем, а вот, к примеру, по части электрики требуются специальные знания. Мне просто, потому что я постоянно сталкиваюсь с этим в своей профессиональной деятельности. Вообще, техническое образование очень выручает. Оно дает базу, чтобы с большего разбираться в бытовых вещах, а все непонятное несложно догуглить. Хочу оговориться, что путь самостоятельного ремонта не для всех. Лично у меня есть время, возможность и, главное, желание, чтобы возиться с этим. Ковыряюсь по вечерам после работы и по выходным, делаю в комфортном для себя темпе, экономлю семейный бюджет», — отмечает Марк.

Молодой человек не скрывает, что полноценной подушки безопасности у молодой семьи пока нет: «Мы честно пытаемся откладывать, ежемесячно покупаем валюту, но зарплата не резиновая. У меня нет вредных привычек, потому что, еще будучи подростком, я понял, что пить и курить не только пагубно для здоровья, но и дорого. Вокруг море других соблазнов. Я увлекаюсь гик-культурой и музыкой, коллекционирую виниловые пластинки и комиксы. Если встречаю что-то редкое и интересное, ну как тут устоять. Супруга поддерживает и полностью разделяет мои увлечения. Она обожает зарубежную рок-музыку и не пропускает концерты любимых музыкантов, предпочитая брать билеты на лучшие места. Еще одна ее слабость — бытовая техника, экономящая время и облегчающая жизнь: сушильная и посудомоечная машины, моющий пылесос и робот-пылесос. Такие покупки мы не делаем спонтанно, а поджидаем момент, когда доллар уже подскочил, а цены в магазинах еще не пересчитали. Тогда из закровов на свет божий извлекаются ранее купленные баксы и дома появляется очередной умный агрегат. Скоро список возжеленных чудес техники подойдет к концу и мы с женой вплотную займемся темой накоплений на счастливую старость. Поглядываем в сторону драгметаллов. Вот где уже твердая валюта».

Финансовые лайфхаки от миллионера Марка:

- рационально подходить к организации праздничных мероприятий и выбору их формата;
- максимально использовать свои профессиональные навыки для решения бытовых вопросов;
- отказаться от вредных привычек;
- извлекать выгоду из колебаний курсов валют;
- заниматься пенсионными накоплениями.



Текст: Елизавета БЕЦКО

Плюсик в карму

Как разгрузить антресоль
и осуществить мечту



«Бесплатный сыр бывает только в мышеловке» — поучают нас с самого детства. К счастью, из некоторых непреложных правил случаются приятные исключения. Взять хотя бы практику безвозмездно брать и отдавать вещи, популярность которой неуклонно растет в наших широтах. Система дарения переросла сарафанное радио формата «родственники-друзья-соседи» и нашла масштабную реализацию: через сервисы бесплатных объявлений, тематические группы в социальных сетях, мобильные приложения. Журналист «PRO Беларусь» поделилась своим опытом товарно-безденежных отношений.

Новый увлажнитель воздуха
Отдам даром
Заводской район



- Александра Сувар**
Здравствуйте заберу если ещё актуально для детей
23 мая 2019 в 14:38 Ответить
- Татьяна Штаневич**
Можно мы заберём, пожалуйста! Живём рядом!
23 мая 2019 в 14:57 Ответить
- Нина Демидович**
Заберу в течение 15мин
23 мая 2019 в 15:30 Ответить
- Арина Паранова**
Здравствуйте. А можно забрать, очень надо
23 мая 2019 в 16:41 Ответить
- Антонина Гринякина**
Забрала бы, пожалуйста.
23 мая 2019 в 16:42 Ответить
- Ольга Параскевич**
Доброе утро!!! Заберу. Заранее спасибо
24 мая 2019 в 7:52 Ответить
- Татьяна Штаневич**
Здравствуйте, забрала бы в нашу большую семью, если ещё не забрали!!
24 мая 2019 в 21:44 Ответить
- Александра Коваленкова**
Доброе утро, ещё можно для инвалида забрать?!

Мое первое знакомство с бесплатными барахолками произошло лет десять назад. В те годы я еще была активным пользователем «ВКонтакте» и однажды увидела там рекламное объявление одного из подобных сообществ. Как известно, любопытство двигатель прогресса: двойной клик мышки — и вот я уже изучаю богатый разношерстный ассортимент добра, которое ищет новых хозяев.

В группе просидела от силы месяц. При всем изобилии и многообразии предложений никакую приглянувшуюся безделушку за это время у меня заиметь не вышло: как только публиковали пост о чем-то мало-мальски стоящем, под ним магическим образом мгновенно материализовывались «столицот» комментариев, вроде «первый», «+», «я», «забираю», «мне», «!», «дайте». Иногда шла в ход тяжелая артиллерия в духе «очень надо, в семье ребенок-инвалид». Лихорадочная активность при дележке добычи по степени интеллигентности напоминала нечто среднее между игрой «Музыкальные стулья» и пенсионерской потасовкой за свободные места в пригородной электричке.

Отдам просто так, не мешало бы немного почистить выбить
Размеры примерно 5x3
Самовывоз с бульвара Шевченко



- Юлия Станковская**
Можно нам, двое маленьких детей, муж сирота
11 мая в 21:25 Ответить
- Юлия Вычкова**
Здравствуйте заберем
11 мая в 21:25 Ответить
- Виталий Рыжов**
Если актуально будем рады принять в дар
11 мая в 21:26 Ответить
- Виталий Рыжов**
Добрый вечер, если не отдали, забрал бы завтра с радостью, спасибо.
11 мая в 21:27 Ответить
- Валентина Вадимовна Занд**
*
11 мая в 21:40 Ответить
- Юлия Прасолова**
Здравствуйте! Буду очень признательна забрать ваш ковер, очень очень поможет многодетной маме. За ранее спасибо
11 мая в 22:02 Ответить 1
- Юлия Карамышева**
Здравствуйте, забрала бы с удовольствием. Одна с маленьким ребенком
11 мая в 22:09 Ответить
- Виталий Рыжов**
Добрый вечер, заберу в удобное для Вас время
11 мая в 22:10 Ответить
- Наталья Семилетская**
Добрый вечер, заберу ваш ковер, очень надо, заранее спасибо!!!!
11 мая в 22:31 Ответить 1
- Ирина Владимировна**
Здравствуйте а можно и мне 🌈🌈🌈
11 мая в 22:59 Ответить
- Татьяна Радина**
О блин, уже и тут пошла многодетные, одинокие! Огонь прям.
12 мая в 22:58 Ответить

Владелец вещи решал, кому присудить победу: самому быстрому, наиболее убедительному или выпавшему случайно. Я искренне презираю принцип «кто раньше встал, того и тапки» за его чудовищную бескомпромиссность, но два других критерия для определения выигравшего казались, мягко говоря, сомнительными. Такой же объективности можно добиться, погадав на кофейной гуще, и одному Владу Кадони известно, как ретроградный Меркурий или Венера в третьем доме повлияют на результат. Впрочем, на кого бы ни пал выбор дарителя, в его личку все равно обрушивался шквал в лучшем случае негодующих сообщений, и способности бедолаги справиться со столь мощным психологическим прессингом позавидовал бы даже Штирлиц. Неудивительно, что, получив такой фидбэк, любой нормальный человек завяжет с актами альтруизма, чреватых неврозом.

Короче говоря, в тот раз у меня не срослось. Обескураженная и раздосадованная, я от греха подальше удалилась из группы и зареклась вообще когда-либо возвращаться к этой теме. Ну-ну. Никогда не говори никогда», — шепнула на ухо жизни и вскоре заставила озаботиться поиском стульев в недавно купленную квартиру. Из отчего дома в новое жилище со мной переехала только мебель из детской — диванчик, письменный стол, платяной шкаф и обеденный стол и колченогая табуретка нашлись в дедушкином гараже, а на кухонный гарнитур пришлось раскошелиться. Жить было можно, принимать гостей — с натяжкой. По причине катастрофической нехватки посадочных мест легкая вечеринка приобрела легкий восточный колорит: приглашенные по-турецки расаживались на пушистый цветастый ковер, в прошлом 30 лет неприкосновенно висевший на стене бабушкиной спальни.



Тот самый ковер.
Нравился и гостям, и котам.

Чуток экстравагантный формат мероприятий друзей несколько не смущал, однако меня терзали смутные сомнения относительно других визитеров: обладают ли они необходимой широтой взглядов, чтобы отнестись к такому положению вещей философски? Как завещал Сергей Дружко, проверять я это, конечно, не стала, а полезла шерстить разделы «Даром» крупных онлайн-площадок с частными объявлениями. Как истинному интроверту, здесь мне пришлось по душе. Никто бесцеремонно не нарушает личное пространство пользователя, все чинно-благородно. С первых кликов и скролов было понятно — здесь ведут дела сплошь взрослые серьезные люди, слишком занятые, чтобы делать четкие фотографии, которые в основной своей массе раздают винтажный скарб из доставшегося по наследству деревенского дома. Не заметишь ничего подходящего и вдоволь наигравшись в «зыринг», спустя полгода я забросила интернет-мониторинг и отправилась за бюджетными табуретками в ближайший сетевой мебельный магазин.

Третий раз к услугам бесплатных барахолок я прибегла уже в

роли отдающего, а не принимающего. Все началось прошлой весной с ремонта на балконе. Когда мы с мужем стали освобождать его, готовя к отделочным работам, внезапно осознали, что ген советской рачительности пальцем однозначно не задавишь. За семь лет совместной жизни мы с супругом набрали по паре-тройке лишних кило, завели двух сфинксов и обросли внушительным багажом ненужных вещей. В «списке Плюшкина» значились: осиротевшие стеклянные крышки от кастрюль, слишком большая для нашей плиты сковорода, одинокий бокал, неполный набор рюмок, треснувший графин в виде черепа, заскучавшая от безделия и слегка рассохшаяся скалка, пуходерка, лоток и шлейка с поводком покойной кошки, советские колонки, цветочные горшки, гипсовые рамки для фотографий, раскраска-антистресс, блокноты, коих за время работы в СМИ накопилось несчетное количество, и тэ дэ, и тэ пэ. Пока я бегала по квартире и паниковала, не находя свободных углов, чтобы рассовать эти несметные богатства, муж быстро смекнул, куда все пристроить. Скачал специальное мобильное приложение, провел фотосессию тем вещам, которые мы хотели сбавить, описал каждый предмет, разместил информацию и стал ждать.

В приложении действует справедливая система аукционов: ты выкладываешь некую вещь — лот, который отражается у пользователей в ленте, и первый желающий предлагает за него одну карму — единицу внутренней виртуальной валюты. С этого момента запускается обратный отсчет, длительность которого регулируется по желанию дарителя, а участники торгов последовательно повышают ставки на одну карму. Побеждает тот, кто к окончанию таймера предложил больше всего карм.

Как говаривал Дядя Федор, чтобы купить что-нибудь ненужное, надо сначала продать что-нибудь ненужное. С кармами та же история. Заработать их и, таким образом, приобрести возможность участвовать в аукционах можно не только отдавая вещи, но и всячески «расшаривая» приложение: приглашая друзей, делясь лотами в соцсетях или рассказывая другим пользователям о своих удачных сделках в специальном разделе «Истории».



Уже забрали — 15 Кармы

Набор посуды из стекла: большое блюдо и шесть... еще



Уже забрали — 82 Кармы

Холодильник автомобильный термоэлектрический... еще



Уже забрали — 19 Кармы

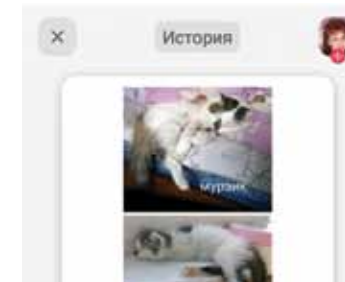
Клюква замороженная, урожай 2019 года. В одном пакете... еще



Уже забрали — 62 Кармы

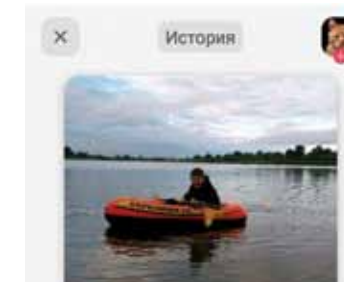
Вакууматор Vacsy от Zepter с тремя пластиковыми... еще

Лоты, за которые мы заработали немало карм.



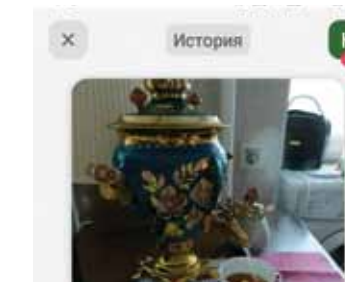
Получено — 27 Кармы

Реинкарнация. Или как приложение помогло горе пережить. На фото сверху наш кот Мурзик. Любимец семьи, 18 лет он радовал нас своим присутствием. Но пришло его время, котик умер. Конечно же мы горевали, было грустно и тоскливо без него. Чтобы хоть как-то отвлечься от мрачных мыслей я зашла в приложение и вдруг на меня с экрана смотрит маленькая копия моего Мурзика! Это просто невероятно, как они похожи! Реинкарнация, подругому не скажешь! Даже спят одинаково (см. фото 2, 3). Конечно же я забрала этого котенка. Мы назвали его Маркиз. Теперь скучать не приходится! Спасибо приложению!



Получено — 28 Кармы

"Выплывают расписные, острогрудые челны...." Или сказ как я лодкой обзавёлся 😊 Увидев объявление с лодкой я вдруг вспомнил что - я ж рыбак, однако) А рыбаку лодочка не помешает ни разу и ни где 😊 Но так уж сошлись "коронавирусные" звёзды что уехать мне пришлось далеко, от места отдачи лодки 😊 Как быть? Не бороться? Ну уж нет!!! Лодка красивая же, ну. С вёслами и насосом 😊 Выиграл. Снова дилемма - как сказать человеку что приеду за лотом ой не скоро? А лодку то хочется))) Ну и покаяться, Сергею, так мол и так. Подождёшь? На что тёзка ответил - не проблема но очень хочется ему тоже одну вещь забрать а карма не хватает..... И я предложил ему перевести карму с условием хранения лодки до моего приезда. Три месяца срок не малый)) И вот теперь я с лодкой! Рыбка ловится, дети довольны и тёзка с желанной добычей)))



Получено — 22 Кармы

Наша с мужем история любви началась когда-то за вечерними посиделками с чаем) Я помню эти чудесные вечера, взволнованность и нежелание расстаться по домам)) Мы заваривали один за другим чайные пакетики) Говорили обо всем на свете и несмотря на тяжелые рабочие дни за плечами. Не вставали из-за стола до самого утра. Тогда мы поняли как мы похожи. Поняли, что мы половинки от одного целого. Да-да - романтическая книжная история, хотя и с кучей передряг и тяжёлой личной судьбой каждого из нас в прошлом. Забегая вперед - мы поженились. У нас родились две чудесные дочки. Родительство отбросило романтику и возможность приятной неги за чаем. Далеко и надолго. Какие посиделки. Мы хотели просто выжить с этими бессонными ночами. Днями наполненными детскими воплями и истериками. Тяжело. Что ж утаивать. Но вот мои глаза зацепились в ленте за ... Самовар! О боги! Ностальгия накрыла меня волной) (хотя с самоварами дел ни я ни муж никогда не имели). И вот я несусь с коляской на встречу к этому супермену. Автору лота. Егору) И вот в моих дрожащих руках ОН. Настали выходные. Нам все также сложно. Мы все также выживаем каждый день. НО мы сели за стол. Поставили самовар. Взглянули в глаза друг другу как раньше... И время застыло. Застыло в идеальном моменте. Спасибо, Егорка!) Не дал нашим кукухам отъехать окончательно)

Люди вспоминают трогательные, забавные и романтические моменты своей жизни, рассказывая о лотах.

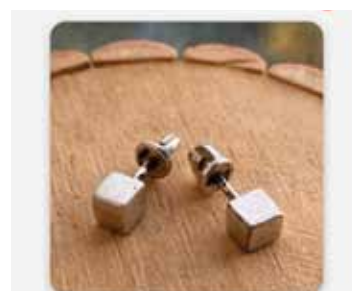
К настоящему времени мы отдали более 90 лотов, а взамен получили 55: комиксы, посуду, кухонную утварь, ювелирные украшения, симпатичные мелочи.



VS



Невзрачная люстра заиграла новыми красками.



Уже забрали 23 Кармы

Серьги гвоздики, серебро. ... еще



Уже забрали 31 Кармы

🔥🔥🔥 ценный лот!! Огромный поезд! ... еще



Уже забрали 27 Кармы

🔥 Новая шкатулка Сталь с никель-серебряным покр... еще



Уже забрали 4 Кармы

Винтажный пульверизатор из красивого синего стекла, работает. Можно... еще

Интересные лоты, которые мы забрали.

Разумеется, гвоздь программы, вишенка на торте и просто моя сбывшаяся мечта — электронная книга, за которую мы выложили ровно 100 карм. Что абсолютно не поддается исчислению, так это наслаждение от ее чтения.

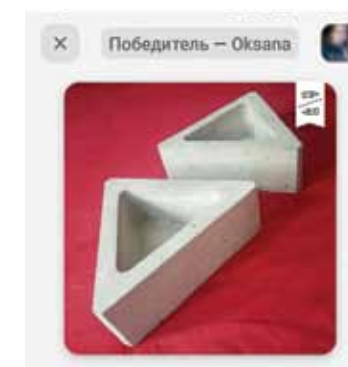


Уже забрали 100 Кармы

Электронная книга Kindle (Wi-Fi версия) ... еще

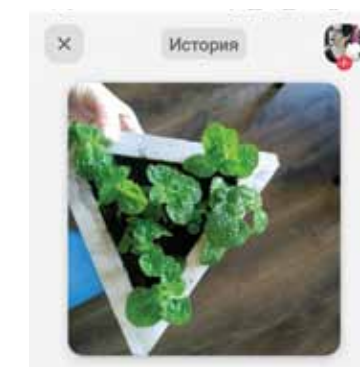


Ежевечерний ритуал чтения стал еще приятнее. За погрызенные страницы можно не волноваться.



Уже забрали 11 Кармы

Новые кашпо бетонные в стиле лофт, 2 штуки. Делались на заказ, не подошли по размеру. Предназначены для высадки растений или в качестве украшения интерьера. Длина внешней грани 20 см, внутренней - 13 см. Высота 7 см.



Получено 1 Кармы

Все ради чего я сейчас живу цветы. Серьезно, если я нахожу интересный меня цветок в Отдам даром, я борюсь за него до последней кармы. А чем больше цветов поселится у меня дома тем больше вазонов мне требуется каждый раз. Именно в приложении Отдам даром я нашла 2 бетонных кашпо, которые стали стильным домом для пилеи монетолистной и моих суккулентов. Меня радует, что много людей в приложении отдают классные вещи, которые им не нужны спасибо им за это! Обмениваясь и меньше потребляя нового мы сохраним нашу планету!

Лот, который мы отдали в числе первых, и рассказ о нем от новой хозяйки.

Пользуются мебелью со свалок и ездят в офис на великах

В этом номере рассказываем, как люди за рубежом распределяют свои финансы: на чем экономят и как, а что всегда без скрежета на сердце себе позволяют.

Екатерина КРАВЧЕНКО, 25 лет, Турецкая Республика Северного Кипра



Сейчас нам на жизнь хватает \$800 в месяц, остальные мы кладем на счет. От общего дохода это около \$2000.

Спустя год совместной жизни на Кипре Екатерина вместе с мужем решила отпраздновать свадьбу, пригласив на нее всех своих родственников (50 человек). «Вначале даже страшно было подумать о цене вопроса», — признается девушка. Но когда пара взвесила все плюсы и минусы, решила, что выгоднее все-таки провести торжество на Кипре. Нужно только правильно распределить бюджет и некоторое время экономить. Никаких накоплений у молодых людей не было, начинали с нуля. Для того чтобы ничего не упустить, девушка вела дневник. В итоге праздник обошелся в \$7000.

Заработная плата

— На данный момент средняя зарплата на Кипре \$530, но обычно — \$650. Курс подскочил, а ее еще не успели поднять. Обычно всегда контролируют относительно фунта. Если лира падает, то минимальную зарплату поднимают. Я начинала работать пять лет назад, и мне платили 1700 лир, по курсу на тот момент это было в районе \$400. Сейчас я зарабатываю 4000 лир, это \$505. Относительно валюты зарплата не уменьшается. Сейчас нам на жизнь хватает \$800 в месяц, остальные мы кладем на счет. От общего дохода это около \$2000. Зависит, опять же, от экономического положения в стране и уровня зарплаты за конкретный месяц. Муж работает шефом в отеле, а я переводчиком и спикером в ИТ-компании.

Жилье

— В первый год жизни на Кипре мы снимали дорогую квартиру, стоимость ее была 600 евро. Приехав в другую страну, нужно было срочно куда-то вселяться, поэтому на цену мы тогда внимания не обращали. Когда решили собирать на свадьбу, стали искать вариант дешевле, переехали в квартиру-студию за \$250. Жилье тут обустраивают вполне обычно, но со вкусом. Мебельных магазинов не так много, киприоты, как правило, стараются все купить дешево.





Дабы использовать то, что купили, рационально и ничего не выбрасывать, мы составляли меню на неделю.



Коммунальные и бытовые услуги

— Обычно за электроэнергию мы платим около \$30. В этом месяце меньше включали кондиционер, вышло \$15. За воду — \$4.

Транспорт

— В нашем районе не ходит общественный транспорт, только частные маршрутки, за проезд в которых нужно отдавать \$100 в месяц. До того, как начали копить, муж ездил на работу на машине, потом мы рассмотрели велосипед. У нас 360 дней в году солнце, и погода позволяет всегда его использовать. Когда свадьбу отпраздновали, муж стал снова пользоваться машиной, но с умом: в месяц на бензин уходит около \$50, литр стоит \$0,7.

Продукты питания

— Чтобы не тратить лишнего, мы устанавливали лимит средств, которые можем позволить себе на покупку продуктов. Не

припомню курс в то время, но нам хватало \$200 в месяц, \$7 в день. Дабы использовать то, что купили, рационально и ничего не выбрасывать, мы составляли меню на неделю. Грамотно все распределив, нам удавалось даже в какие-то дни позволять себе выпить кофе вне дома.

На Кипре цены на одни и те же продукты могут значительно отличаться, поэтому тут каждый знает, где выгоднее купить рыбу, а где мясо с сыром.

Стоимость продуктовой корзины:

молоко — \$0,65;
говядина (1 кг) — \$11, но мы мясо не едим, берем его редко;
хлеб — \$0,7;
рыба (свежая семга 1 кг) — 11\$;
авокадо (1 шт.) — \$1,2;
бананы (1 кг) — \$1.

Стоимость фруктов и овощей зависит от сезона. Зимой лимоны, апельсины, гранаты очень дешевые. Летом манго, инжир, маракуйя, яблоки, на мой взгляд, дорогие, 1\$ за 1 кг.



Анжелика КРАВЦОВА, 25 лет, студентка

Анжелика Кравцова учится в Италии. За время своего пребывания там она так и не разобралась, можно ли уличить итальянцев в расточительности. Одно поняла точно: они никогда не экономят на вине и пасте. Не живут завтрашним днем, так как имеют возможность приобрести все необходимое в кредит под низкий процент.

Заработная плата

— В Италии все зависит от региона: цены на жилье, коммунальные услуги, продукты, одежда и зарплата. У медработников в госучреждениях существует фиксированный минимум, он равен 2000-2500 евро, в частных центрах платят больше. Госслужащие в мэрии обычно работают с 9:00 до 13:00 и получают 1200-1400 евро. Зарплата индивидуальных предпринимателей зависит от того, насколько они успешны, но государство очень поддерживает частный сектор. Даже во время самоизоляции им выделялись значительные средства. В Италии каждый, кстати, старается выбрать своего продавца мяса, хлебобулочных изделий, молочных продуктов, овощей, поэтому частники всегда стараются привезти для своих постоянных покупателей товар самого лучшего качества.

Жилье

— Когда переехала, жила на Сардинии. Там жилье относительно недорогое: комната стоит около 220-240 евро, квартира — 500 евро. Тогда я жила в общежитии, но за комнату все равно платила 170 евро, стипендию получала в размере 500 евро. Сейчас переехала на север Италии, в Болонью. Здесь ситуация иная. Квартира стоит около 700 евро, а комната 350-400 евро.

Коммунальные и бытовые услуги

— Старшее поколение более выносливое. У меня есть знакомые, которые никогда не включают отопление. На Сардинии дома старые, зимой очень холодно, топят с помощью газовых баллонов. В историческом центре города каждый сам его покупает, он стоит в районе 22 евро, и хватает его на месяц. В Болонье дома современные, люди обходятся без отопления. Я переехала туда в феврале и не думала, что попаду из холода в тепло.

Продукты

— Стоимость продуктов тоже зависит от региона. На юге Италии, к примеру в Апулии, овощи и фрукты стоят в разы дешевле, чем на севере. По качеству они лучше.

На чем-то принято экономить, а на чем-то нет. Пасту и вино итальянцы всегда покупают качественные. Мне на неделю хватает около 17 евро, но я всегда покупаю на рынке, так как там все в разы дешевле. К примеру, килограмм мяса стоит 4 евро, а фруктов — 99 центов. Для тех, кто хочет альтернативы в продуктах, литр миндального или кокосового молока стоит 1 евро.



**На чем-то
принято экономить,
а на чем-то нет.
Пасту и вино
итальянцы
всегда покупают
качественные.**





Я стараюсь тратить деньги рационально, но иногда все же могу себе позволить завтрак вне дома. Кофе стоит 1 евро (капучино 1,2 евро, на соевом или кокосовом молоке 1,6 евро), круассан — 1 евро. Когда жила в Минске, всегда завтракала дома. В Беларуси студенту сложно себе позволить регулярно питаться в кафешках. Здесь же потратить 2-2,5 евро, чтобы посидеть в красивом месте на воздухе — ничто.

Что касается полноценных обедов в ресторанах, то все зависит от места. Не так давно я была в отпуске в регионе Марке. Он не слишком распиаренный, но очень красивый. Там в кафе на берегу моря глубокая тарелка мидий стоила 6 евро, а бокал просекко 4 евро. В итоге мой обед составил 10 евро. Причем речь о свежих морепродуктах, которые только что добыли. Есть, конечно, и дорогие рестораны, где за вечер можно отдать около 40 евро на человека. Кстати, в некоторых заведениях нужно платить за обслуживание, обычно это около 2 евро.

Одежда

— Одежда тут недорогая, джинсы можно купить даже за 10 евро. Много брендовых аутлетов, к примеру Louis Vuitton. Да, для белорусов и там будет дорого, но для итальянцев нет. Существуют стоки и секонд-хенды. Я стараюсь многое покупать на скидках. Тем более тут никто так не обращает внимание на одежду, как в Беларуси. Главное, чтобы все было удобным и практичным.

Услуги

— Откровенно говоря, я стараюсь ухаживать за собой сама: подрезаю кончики, делаю маникюр, педикюр. На юге страны мужская стрижка стоит 10 евро, на севере — 15-17 евро. Маникюр в среднем 25 евро.

Образование

— В Италии стипендия в разы выше белорусской. Тут абсолютно иная система расчета, политика такая: университет должен быть для всех. Необходимо оплатить налог на образование, который высчитывается в зависимости от зарплаты родителей или самого студента, если он автономен (два года не живет с родителями и имеет собственный доход). Если доход семьи за год меньше 23 тысяч евро, то государство покрывает обучение и платит стипендию. Те, у кого нет вида на жительство или итальянской прописки, платят за обучение в среднем около 5000 евро в год.

Медицина

— У меня вид на жительство, поэтому хожу к врачам бесплатно. Все необходимые лекарства мне также выдают. Дорогой препарат нужно приобретать самому, но государство все равно оплачивает фиксированный процент от стоимости.

Существуют стоки и секонд-хенды. Я стараюсь многое покупать на скидках.



Какой зарубежный опыт можем применить мы? Еще раз тезисно.

- Для экономии воды во время мытья посуды приобрести посудомоечную машину.
- По возможности использовать для передвижения общественный транспорт, велосипед или электросамокат, а не автомобиль.
- При обустройстве жилого пространства и выборе одежды думать о комфорте и практичности, следить за разумным соотношением цены и качества.
- Чтобы не покупать лишних продуктов — составлять подробное меню и устанавливать лимит средств. Посещать супермаркеты один раз и приобретать все необходимое на неделю, а то и на две. Пользоваться доставкой, чтобы заведомо знать, какую сумму потратите.



Зонт

Как аксессуар монархов сменил
стихию и ушел в народ

Текст: Елизавета БЕЦКО

Зонт прочно укрепился в сознании среднестатистического белоруса как обязательный атрибут дождливого дня, поэтому странно даже подумать, что на заре своей истории этот предмет был наделен диаметрально противоположным функционалом.



Рельеф персидского царя Ксеркса I (485-465 годы до нашей эры) в Персеполе.

Изобретенный в Китае или Египте еще в XI веке до нашей эры, он считался символом власти, поскольку предназначался для защиты от палящего солнца исключительно царственных особ и приближенной к ним знати. Габариты у аксессуара были внушительные: полутораметровая высота и вес под 2 кило.

После Востока зонты покорили Древнюю Грецию, а потом и Рим, где ими пользовались патрицианки.



Женщина с зонтом на древнегреческой краснофигурной вазе.



Папа Сильвестр I под зонтиком въезжает в Рим на белом жеребце. Фреска на стене капеллы Сан-Сильвестро в Риме.

Со Средних веков зонт ассоциируется с папской властью: его изображение можно встретить на личных гербах пап и гербе Римской церкви.



Судзуки Харунобу в 1750 году изобразил молодую женщину с зонтом, прыгающую с балкона храмового комплекса Киёмидзу-дэра.

Любопытно, что белорусское слово «парасон» неслучайно созвучно с французским parasol — дословно «против солнца». Парасоль, изобретенный французами в XVII веке, стал первой европейской разновидностью зонтика. Защищая аристократок от загара, он демонстрировал статусность хозяйки и служил модным аксессуаром.



Константин Маковский, «Портрет графини С.Л. Строгановой», 1864 год.

Особое место у зонтика в японской традиции: роскошный аксессуар стал настоящим предметом искусства. Век зонтиков был скоротечен, поскольку легкое дерево и бумага — недолговечные материалы, но японская живопись запечатлела их самобытную красоту.



Антонис ван Дейк «Портрет маркизы Елены Гримальди, супруги маркиза Николо Каттанео», 1623 год.

Русский язык слово «зонтик» пришло из нидерландского: zonnedoek (zondek) буквально переводится как «защита от солнца». Термин «зондек» впервые употребили в Морском уставе Российской империи 1720 года для обозначения тента от солнца и дождя над корабельной палубой. На рубеже XVIII и XIX веков слово обрело привычное нам написание «зонтик». Помимо навесов, так стали называть ручные защитные аксессуары, до этого именовавшиеся солнечниками. Лаконичная форма «зонт» вошла в обиход только с 1830-х в результате так называемого обратного словообразования, когда «ик» стали воспринимать как уменьшительно-ласкательный суффикс при основе.



Прогуливающийся под дождем Джонас Хенвей запечатлен на гравюре 1871 года.

Все еще оставаясь спутниками ясного неба, но уже делая шаги к водонепроницаемости, в 1715 году с легкой руки французов зонтики обрели способность складываться. Символично, что спустя 35 лет именно уроженец туманного и дождливого Альбиона англичанин Джонас Хенвей широко популяризировал зонт как эффективное средство от непогоды.

Прекрасно, что в наши дни необязательно быть монархом, чтобы не сгорать на солнце или не мокнуть под дождем. Однако, например, у Елизаветы II можно поучиться поистине королевскому приему идеально вписать зонтик в аутфит.



Кейт Мидлтон с парасолем.

Семьям внуков Ее Величества не помеха ни дождь, ни зной.



Меган Маркл и принц Гарри счастливы в любую погоду.

Современная массовая культура о былой элитарности зонтика напоминает нам разве что в исторических фильмах. Нынче в кино и живописи этот аксессуар окружен романтическим ореолом.

Зонт — частый гость на красной ковровой дорожке. Некоторые селебрити не упускают возможность сделать шоу из своего появления с этим аксессуаром.



Постер фильма «Зонт для новобрачных»



Постер фильма «Шербурские зонтики»



Постер фильма «Двое под одним зонтом»



История о том, как в 2012 году на Неделе моды в Лондоне Дита фон Тиз зонтик уронила.

Зонтики прекрасны в своем многообразии: разные по форме и конструкции, монохромные и яркие, как радуга после дождя.



Jack Vettriano, The Singing Butler, 1992 год



Jack Vettriano, The Direct Approach, 1993 год



Мэрилин Монро



Кэти Перри



Аврил Лавин

Каким бы стильным и красивым ни был ваш зонтик, желаем, чтобы доставать его приходилось как можно реже!

Текст и фото: Юлия ДИКОВИЦКАЯ

Почти как по Animal Planet

Едем на терапевтическую прогулку гладить лам и кормить верблюдов

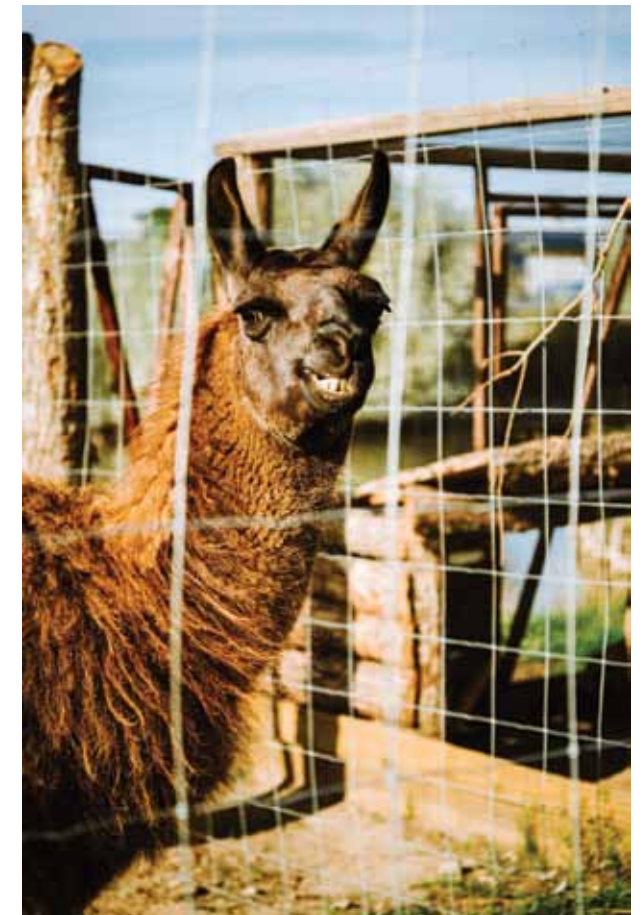
«Парк животных» под Барановичами, устроенный по инициативе частного мебельного предприятия «Диприз», — это четыре с лишним гектара земли, на которых располагаются вольеры, загоны и контактные площадки с животными, клетки и водоемы с пернатыми, а также беседки для отдыха и детские площадки. Если вы до сих пор не слышали про это место, запланируйте посетить его будущей весной, и оно обязательно останется в вашей памяти как уголок для отдыха с семьей и общения с природой.

В выходные дни около парка можно увидеть колонны автомобилей, как в разгар жары где-нибудь на побережье. Съезжаются сюда со всей Беларуси, потому что посмотреть действительно есть на что. Там вы увидите «Замак янотаў» с его обитателями и «Вавёрчыну карчму», понаблюдаете за жизнью африканских коров и дикобразов, погладите самых ласковых в мире лам.

Парк работает в теплое время и до начала октября. Стоимость билета в этом сезоне для взрослого — 12 рублей, для ребенка — 8 рублей.

Чтобы не спеша обойти заповедник, вам железно понадобится полдня, а полноценно отдохнуть, покатайтесь на катамаране, покормите верблюда, нубийскую козу, ламу или страуса — день. Кстати, страуса, который вальяжно прогуливается и высматривает очередного зеваку с лакомством, там можно встретить прямо на дороге. Так что если вы приобрели вафельный стаканчик с морковью — будьте осторожны. Эти ушлые птицы будут готовы буквально на все, чтобы угощение досталось именно им.









ПЕРЕЧЕНЬ ИСТОЧНИКОВ ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИЗОБРАЖЕНИЙ

A-Z

4.bp.blogspot.com	graziamagazine.com	pbs.twimg.com
afisha.tut.by	green-tour.by	people.onliner.by
aofstudiestart.no	griddle.com	photo-elsoar.com
ashera.moscow	happyl.org	pixel-shot.com
avatars.mds.yandex.net	himg2.huanqiu.com	pngflow.com
balakovo24.ru	hotpng.com	radikal.ru
belta.by	i.pinimg.com	realt.by
bernartt.adv.br	image.tmdb.org	set-travel.com
blizko.by	images.trustinnews.pt	static.tildacdn.com
blogtravel.by	img2.pngindir.com	sto39.ru
cdn-images-1.medium.com	isabellamd.com	sun9-12.userapi.com
chert-poberi.ru	Islamforhuman.com	telespektakli.ru
chris.community	kopilkaurokov.ru	thumb-p0.xhcdn.com
content.onliner.by	kublog.ru	thumbs.dreamstime.com
cp12.nevsepic.com.ua	lifehacker.ru	trynwaldenopdekaart.nl
cs10.pikabu.ru	makataka.ru	tut.by
d2tgopk6nmfhzu.cloudfront.net	marketinghacker.pl	umbrellaworkshop.com
digitalminx.com	nakanikuly.ua	upload.wikimedia.org
digitalspyuk.cdnds.net	ncsm.by	vgiannelakis.files.wordpress.com
eurostudy.info	new.lectoriumart.ru	whatsism.com
everipedia.org	news.21.by	wikipedia.org
external-preview.redd.it	news.noteru.com	wp-uploads.storage.yandexcloud.net
f.vividscreen.info	nsmb.nl	zen.yandex.fr