



«Политеху нужны здоровые студенты»

Никто не знает, что кроме того, что студенты могут учиться в политехе, они еще могут проходить оздоровительные процедуры.

- Доказано, что студенты в течение учебного процесса тратят много энергии, нервов, многие после учебы работают, и вследствие таких нагрузок увеличивается риск инфекционных заболеваний. С целью оздоровления студентов и существует санаторий-профилакторий, который находится на улице 9 Мая дом 13 или по другому Общежитие №3. Но, к сожалению, не все студенты в курсе, - отмечает Наталья Осетрина - заместитель главного врача профилактория.

Для ознакомления студентов с «центром здоровья» политеха, студенческий профком организовал вечернюю экскурсию по зданию санатория, где они могли увидеть, что из себя он представляет, какие условия проживания, какие процедуры предоставляют врачи и чем заняты ребята вечером.

Студентам показали уютные комнаты, в которых живут отдыхающие, процедурные кабинеты, кабинет массажа, тренажерный зал и даже солярий.

- У нас новейшее оборудования, вы не думайте, это не праздное хвастовство. Мы

следим за обновлением технической базы. На межрегиональных

конференциях мы смотрим, кто каким оборудование пользуется, и мы с гордостью можем сказать, что наше оснащение кабинетов не уступает курорту Усть-Качка, - рассказала наша экскурсовод Наталья Осетрина.

С группой мы побывали в кабинете массажа, и в «соляной пещере», по-научному в «Спелеокамере». Это специальная комната, где стены выложены из соляных камней. Здесь студенты лечат бронхит, астму, сердечнососудистые болезни.

- Как видите он находится в самом конце коридора, чтобы никого не пугать, - смеется дантист в белом халате. - Одно из главных, мы делаем все, от чистки до пломб и все это оплачивает политех. Так что знающие студенты, пока находятся здесь, могут вылечить все зубы.

Пока ребята рассматривали диковинные аппараты, Наталья Осетрина рассказала какая главная цель стоит перед санаторием на сегодняшний день.

- Условия у нас хорошие, осталось рассказать о возможностях санаторно-профилактического лечения студентам, о проведении досуговых мероприятий совместно со студенческим профкомом.



«Как приручить время»

28 ноября стартовал цикл лекций. Студенческий профком запустил образовательную акцию, которая направлена на ряд проблем, вопросов, возникающие у студентов. Как часто мы жалуемся на нашу тяжелую поминутно расписанную жизнь ... или на беспорядочное нагромождение того, что срочно надо сделать?! Многие студенты не умеют рационально распределять время. Учеба, спорт, друзья, кино, - все это надо успеть сделать. Первая лекция и тренинг были посвящены «Time management», говоря русским языком «Как приручить время». Лекцию проводил Михаил Довженко, студент гуманитарного факультета специальности государственного муниципального управления.

- Главная проблема каждого, что он не хочет обращать внимание на то, на что он тратит время. Как только человек начинает задумываться, что он делает, он невольно осознает, что время работает против него. И возникает вопрос, а что делать и как быть? Проведя тренинг, в процессе дискуссии группа пришла к тому, что надо писать план на каждый день, на неделю. А как писать план, если ему

невозможно следовать из-за пробок на дорогах, из-за встреч, которые наглым образом вклиниваются в уже распланированный день? Этот вопрос возникает невольно у всех.

- План дает осознанное понимание того, что надо успеть сделать за неделю. Зная, что вы должны успеть сделать, вы можете корректировать свой план в течение недели, - говорит Михаил. - Я говорю, казалось бы о простых вещах, но мало кто обращает на это внимание.

Не знаю, все ли из присутствующих задумались о впустую потерянном времени, но что касается меня и подруги, мы периодически вытаскиваем друг друга из соц. сетей, и отправляем друг друга учиться.

Уважаемые студенты, если у вас есть полезная для общественности информация, поделитесь ей, время бежит быстро, пока мы учимся в политехе, надо максимально использовать его, и брать все доступные нам знания. Если у кого-то есть вопросы, или тема, которую хочется обсудить, приходи в профком (331 кабинет), задай вопрос и мы расскажем, поможем, а быть может научим как быть с твоими проблемами.

КОНКУРС !!! Поздравь Политех с Новым Годом! В этом конкурсе может участвовать любой студент. Ты можешь поздравить свой университет в любой форме. Это может быть стихотворение, песня, фотография, коллаж – все, что ты захочешь. Свои работы ты можешь прислать в группу vk.com/interactiv.pstu или занести в 331 кабинет главного корпуса. Последняя дата сдачи работы 24 декабря, а 25 числа, подарок найдет своего победителя!