

Акция

Вместе мы – сила!

С 1 декабря в нашем колледже стартует традиционная акция «Письмо солдату», призванная поддержать военнослужащих, выполняющих свой долг на СВО. Мы проводим эту акцию, чтобы поднять боевой дух защитников Отечества, выразить благодарность за их службу и напомнить, что их подвиг не остаётся незамеченным.

Это может быть простое письмо с тёплыми словами и поздравлениями с предстоящими новогодними праздниками, открытка, либо небольшой подарок в виде гигиенических наборов, сладостей. Сбор писем и подарков ведётся в здании ПТО (2 этаж, 3 кабинет) или в библиотеке колледжа.

Даже несколько строк могут стать моральной поддержкой для тех, кто находится вдали от дома. Здорово, если к акции присоединятся наши младшие братья и сестры. Детские письма и рисунки на фронте особенно ценны. Для многих бойцов они являются талисманами. Об этом я узнала на недавней встрече студентов нашего колледжа с бойцами СВО. В подтверждение своих слов один из них достал из нагрудного кармана треугольник с детским посланием.

Ребята, благодаря вам в прошлом году наш колледж отправил на фронт 60 писем и примерно десять больших коробок с провизией и гигиеническими принадлежностями. Надеюсь, что и сейчас никто не останется в стороне от этого благородного дела.

Ирина Федяева, председатель Студенческого совета колледжа.



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

8-800-2000-122

ДОСТУПНО • АНОНИМНО • БЕСПЛАТНО

Вы сможете поговорить:

- об отношениях с родителями и учителями;
- о дружбе и первой любви;
- о своей жизни и проблемах;
- о жестоком обращении.

НЕРАЗРЕШИМЫХ ПРОБЛЕМ НЕ БЫВАЕТ

Досуг

Незабываемый интеллектуальный поединок "Даёшь молодёжь!"



Субботный день, 15 ноября, останется в моей памяти, как одно из самых ярких впечатлений студенческой жизни. Участвуя в интеллектуальной игре на сцене Няндомского ЦКС, я погрузилась в атмосферу настоящего азарта и соперничества со сверстниками Няндомы. Каждая минута этого захватывающего состязания была наполнена напряжением и радостью открытий. Вопросы требовали не только знаний, но и умения мыслить креативно, находить нео-

жиданные решения.

Особую атмосферу создавало то, что рядом сидели такие же увлечённые ребята, готовые поддержать и порадоваться успеху друг друга. Мы были не просто соперниками, а командой единомышленников, объединённых общими интересами.

Игра показала, насколько увлекательным может быть выходной и доказала, что учиться и отдыхать нужно с удовольствием.

Я благодарна организаторам за возможность стать частью этого незабываемого события. Надеюсь, что такие встречи станут доброй традицией для наших студентов.

Ирина Федяева.



Профориентация

Поступил сам – помоги поступить другим!

Студенты НЖК отзывчивы и открыты в общении. Жанна Голомозова, Михаил Трихантин и Алексей Шинкаренко стали участниками необычного мероприятия – профориентационного форума «Лаборатория будущего. Открой свою звезду!» Оно состоялось в октябре на базе действующего в Кадровом центре по Няндомскому округу клуба «VIP-молодость».

В ходе организованного по каналам видеосвязи неформального диалога няндомские студенты поведали школьникам Пинежского муниципального округа о преимуществах профессий «Помощник машиниста локомотива» и «Проводник пассажирского вагона», рассказали об условиях поступления в колледж и жизни студентов. За три часа общения третьекурсники стали настоящими «телезвездами», ответили на огромное количество вопросов школьников, находящихся в поиске своей будущей профессии. Эмоции, которыми Жанна, Михаил и Алексей зарядились на этой встрече, хорошо видны на снимке внизу.

Общение со школьниками проходило сразу на нескольких площадках Кадровых центров Архангельской области. По отзывам пинежан,



няндомская стала одной из лучших.

Старания наших ребят отметила и глава Пинежского округа Л.А. Колик, в прошлом руководитель Архангельского колледжа культуры. Переданные ею нашим ребятам Благодарственные письма вручили на общей линейке в колледже профконсультанты Кадрового центра Елена Смирнова и Ирина Царук. Отдельная благодарность - за сотрудничество и вклад в организацию и проведение профориентационного форума – адресована директору нашего колледжа Т.П. Матевосяну.

- Глава Пинежского округа просила передать, что в няндомском колледже учится и воспитывается замечательная молодёжь. Она рада, что в нашем городе живут такие хорошие ребята, - сказала Елена Смирнова.

В ответ директор поблагодарил сотрудников Кадрового центра за давнишнюю дружбу и тесное сотрудничество: «Спасибо за то, что даете нашим студентам возможность представить себя и наш колледж».



Перспективы

В Питер на практику

Третьекурсники из группы 3 ПЖТ готовятся к производственной практике. Она начнётся 9 декабря и будет проходить в Санкт-Петербурге на базе предприятия «Гранд Сервис Экспресс». Там к каждому из нас прикрепят куратора, который будет помогать вникать во все тонкости профессии проводника пассажирского вагона.

В «Гранд Сервис Экспресс» будут работать 9 человек из нашей группы. Прошлым летом все они трудились в студенческом отряде «Ермак», созданном в нашем колледже.

Впереди - большое и ответственное путешествие по стране. Уверена, что нас ждёт много нового и интересного, так как мы будем трудиться в составе крупной железнодорожной пассажирской компании. Надеюсь, что нам некогда будет томиться от разлуки с Няндомой и колледжем. Хотя, честно признаться, когда ты надолго разлучён со своим родным городом, близкими тебе людьми - это очень тоскливо. Зато, когда ты в поездке и остаётся считанные минуты до прибытия в свой город, испытываешь незабываемые эмоции. Тебя окутывает тепло, которого так не хватает вдали от родных мест. Ещё задолго до прибытия на станцию охватывает радость от приближающейся возможности хотя бы недолго постоять на знакомом до боли няндомском пер-



роне, увидеть за окном наши мамонтовские домики, площадь, храм и телевышку... Посмотреть, как всё устроено в незнакомой компании любопытно и, надеюсь, всем нам будет очень полезно.

Жанна Голомозова, гр. 3 ПЖТ

Что волнует студентов?

Мы давно не обновляли рубрику «Задай вопрос директору», поэтому вопросов от студентов накопилось много, причём довольно острых. Предложили Тиграну Петросовичу Матевосяну ответить хотя бы на часть, но он решил ничего не откладывать и ответил разом на все, не упустив из виду ни одного.



- Тигран Петросович, в последнее время в основном корпусе НЖК прохладно, особенно на первом этаже. В некоторых аудиториях хочется даже надеть куртку во время занятий. Станет ли теплее?

- Действительно, в ноябре в колледже было зафиксировано понижение температуры. Все наши объекты отапливаются

центральной котельной. По нашим сведениям, там были аварийные ситуации, что повлекло снижение температуры теплоносителя. Сегодня, к примеру, (Прим. авт. 27 ноября) на улице -7 градусов. Согласно нормативам температура теплоносителя на входе в здание должна быть +57, а у нас +48... В аудиториях, где наиболее холодно, дополнительно включены инфракрасные обогреватели. Но мы не можем таким образом обогревать все помещения, где идут занятия.

На днях колледж заключил договор с подрядной организацией на ремонт и установку нового оборудования в узлах учёта, что позволит дистанционно контролировать температуру на входе в здания без необходимости спускаться в подвал к счётчикам. Информация, выводимая на экран компьютера, поможет отслеживать ситуацию с теплоснабжением круглосуточно. Это обеспечит постоянный доступ к данным и возможность оперативно реагировать на изменения.

- Я получаю стипендию в размере 1200 рублей в месяц. Этого хватает на четыре комплексных обеда в нашей столовой. Существует ли у руководства колледжа возможность поднять стипендии успевающим?

- Норматив академической стипендии определяется Постановлением правительства Архангельской области. Да, сейчас она невелика, поэтому наиболее нуждающимся стараемся помогать средствами из стипендиального фонда и внебюджетных источников, но их объёмы крайне ограничены. За содействием в получении материальной поддержки можно обратиться к кураторам учебных групп, заместителю директора по учебно-воспитательной работе и другим ответственным сотрудникам колледжа.

Определённые категории студентов вправе рассчитывать на социальную стипендию, размер которой в полтора раза выше академической. И многие её получают.

- На переменах в столовой образуются очереди. Порой подходишь к кассе, и раздаётся звонок на урок... Можно ли ускорить обслуживание? Существует, конечно, другой вариант - пирожки и газировка в соседних магазинах. Некоторые, не желая тратить время на стояние в очереди, им пользуются.

- На дневном отделении обучаются 550 студентов. Представляете, что будет, если они одновременно придут в столовую? Обслужить всех быстро в любом случае не получится. В расписании уроков есть три большие перемены. Поэтому надо выбирать время, когда в столовой меньше посетителей. Я сам хожу туда и вижу, что в первую и третью перемены народа меньше. При большом наплыве к обслуживанию подключаются заведующая и повара.

Администрация колледжа может увеличить одну из перемен до 20 минут при условии, что в Студенческий совет поступит соответствующее предложение и там его поддержат.

Что касается пирожков, чипсов и газировок, то я категорически против такого рода, вредного для здоровья, питания. Ходить надо в нашу столовую.

- Что делает Вас счастливым?

- Буду краток: успехи студентов и коллектива НЖК в целом.

- Нельзя ли хотя бы немного уменьшить учебную нагрузку на студентов-медиков?

- Знаю, учиться будущим медикам тяжело. Это связано с интенсивным умственным напряжением и большими объёмами информации. С недавних пор для выпускников введена первичная специализированная аккредитация, что тоже является серьёзным испытанием и большой дополнительной нагрузкой. Но иного выхода нет - здоровье доверяют профессионалам.

Колледж, являясь государственной образовательной организацией, обязан соблюдать федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС). ФГОС определяют требования к образовательным программам, в том числе к продолжительности обучения и структуре программы, их соблюдение является обязательным для колледжа. Только при соблюдении ФГОС мы вправе выдавать дипломы медсестрам и фельдшерам.



- Часто меняется расписание занятий: вечером смотришь - одно, а утром приходишь в колледж и узнаешь, что пропустил первый урок, которого накануне не было в расписании. Чаще всего это происходит с классными часами.

- В колледже работают преподаватели, кураторы, которые могут заболеть, у них могут возникнуть житейские проблемы. Приходится подстраиваться и менять расписание. Поэтому мой совет - не только заглядывать в расписание на стенде, но и пользоваться мессенджером «МАХ», где быстро и оперативно выкладывается актуальная информация обо всех изменениях. Этим каналом связи активно пользуются наши преподаватели, советую студентам не отставать.

- Какое любимое блюдо у директора в нашей столовой?

- Мне нравятся котлеты, жаркое, поджарка, блюда из курицы, рыбы и т.д. У нас вкусные салаты, прекрасная выпечка. Чем богаче меню, тем веселее студенты!

Я каждый день лично контролирую процесс и качество приготовления блюд. Этим же занимается наша медсестра и созданная в колледже бракеражная комиссия.

- Почему стипендию выплачивают только тем, у кого средний балл в аттестате «4» и выше? Старшекурсники говорят, что раньше в первом полугодии стипендию давали всем первокурсникам, вне зависимости от величины среднего балла аттестата.

- Согласно Постановлению правительства Архан-

гельской области от 1 октября 2013 года №453пп, в первом полугодии стипендия выплачивается вне зависимости от оценок в аттестате всем обучающимся по программам квалифицированных рабочих и служащих. У обучающихся по программам специалистов среднего звена стипендия в первом полугодии выплачивается лишь тем, у кого средний балл в школьном аттестате «4» и выше. Вероятно, у того, от кого поступил этот вопрос, средний балл в аттестате ниже четвёрки. Советую всем, у кого существуют сомнения насчёт правильности назначения денежных выплат, обратиться к куратору, преподавателю или другому ответственному сотруднику нашего колледжа. Лучше спросить, чем терзаться сомнениями.

- Заранее знаем ответ директора, но ... Нельзя ли, чтобы в столовой продавали сигареты и оборудовать теплую курилку?

- Этот шутка или серьёзно? Мы делаем всё, чтобы курильщики завязывали с этой вредной привычкой и становились сторонниками ЗОЖ. Мы категорически против создания для них комфортных условий. Этого

не будет никогда!

Откровенно говоря, не понимаю, как можно добровольно травить себя никотином?! Советую, пока не поздно, задаться этим вопросом. Я сам терял близких, которые из-за курения умерли от рака лёгких...

- Почему так выросли цены в столовой?

- Все вы ходите в магазины и знаете, как быстро растут цены на продукты. Инфляция влияет на всё, что входит в стоимость готовой продукции. Помимо продуктов в этом списке энергия, коммуналка, зарплаты работникам. Цены увеличиваются чуть ли не ежемесячно, а мы свои подняли лишь с 1 ноября. И сейчас мы продолжаем делать всё, чтобы сдерживать рост цен на питание, даже путём нулевой рентабельности.

- Как в колледже идут дела?

- В целом, хорошо. Радуют успехи наших студентов и преподавателей, которых у нас немало. Мы гордимся ими, стараемся поддерживать и поощрять. Беспокоит, что иногда приходится отчислять тех, кто не желает учиться. Таких мы не любим, и, в принципе, не держим, ведь главная наша задача - учиться и получить специальность.

Продолжаем работать над тем, чтобы войти в проект «Профессионалитет». Сложно, но мы стараемся это сделать для достижения новых перспектив.

Можно теперь спрощу я? Почему не звучат имена и фамилии тех, кто задавал вопросы? Пусть спрашивают открыто, не боясь осуждения или последствий. Трудности и проблемы - естественные спутники нашей жизни, и чтобы справляться с ними, мы должны о них знать.

Социум

Понять себя и других

С 17 по 21 ноября в колледже проходила Осенняя неделя психологии. Первокурсники и второкурсники стали участниками психологических тренингов, направленных на умение взаимодействовать друг с другом, преодоление тяжелых жизненных ситуаций и поиск ресурсов для борьбы с трудностями. Разобраться в себе и окружающих помогла социальный педагог Н.В. Беляева.

- Наталья Вячеславовна, разве всему этому можно научиться?

- Конечно, в доступной и увлекательной форме, с помощью игр и тренингов. К примеру, студенты узнали, что такое манипуляция, учились распознавать скрытое влияние и защищать себя от негативного воздействия. Искали ресурсы, позволяющие справляться с трудностями. Задумались над тем, что делает их счастливей.



- Интересно, что?

- В основном семья, общение с друзьями, прогулки, увлечения, спорт. А также называли хороший сон и вкусную еду - базовые потребности, без удовлетворения которых трудно чувствовать себя счастливым. Количество ресурсов у всех разное, и чем их больше, тем проще выходить из сложных ситуаций.

- А как игра помогает распознать манипуляцию?



- Приведу в пример такую игру: её участники образуют круг, двое находятся в нём, их задача – различными способами выбраться из круга. И тут каждый импровизирует. Один просит, второй обещает, предлагая что-то взамен. Остальные участники игры наблюдают за способами выбраться из круга, какие из них работают. Они тоже ведут себя по-разному – кто-то выпускает всех и сразу, кто-то не выпускает никого, чтобы не предлагалось взамен. С такими сложно договориться. И всё это - знакомство с манипуляциями.

Другой тренинг «Знакомство» помог ребятам ближе познакомиться. Будущие машинисты, проводники, медсестры контактируют между собой, но, как выяснилось, плохо знают друг друга. Мы подбирали прилагательные, которые лучше всего характеризуют человека, подчеркивают его яркое качество. Таким образом студенты учились находить свое сходство с другими.

Применялись тренинги на сплочение, которые помогают создавать благоприятный психологический климат в группах, в том числе в общежитиях, налаживать между студентами взаимодействие. И по большому счету, способствуют лучшей адаптации ребят в новой среде, ведь многие живут в отрыве от дома и скучают по родным, друзьям. Помимо учебы на них сваливаются различные бытовые проблемы. Могут возникать трудности, вспыхивать конфликты.

Во время игры «Что делать, если...?» ребята учились отстаивать свою точку зрения, противостоять стрессам, давали друг другу советы. Возможно совет от сверстника поможет кому-то справиться с той или иной жизненной ситуацией.

Интересно было наблюдать за эмоциями ребят на советы. Некоторые воспринимали их с радостью, другие категорически отвергали. Но в любом случае справляться с трудностями легче, когда есть возможность с кем-то посоветоваться и выбрать что-то из предложенных вариантов. Надеюсь, что такие тренинги хотя бы отчасти помогут ребятам. В противном случае можно обратиться в созданную недавно в нашем колледже службу примирения. Помимо меня в неё входит советник директора по воспитанию.

- Чем полезна такая служба?

- В неё можно обратиться с просьбой помочь разрешить конфликтную ситуацию. Чтобы разобраться в ней и найти способы её погасить, будем беседовать с той и другой стороной конфликта.

- А если другая сторона не готова делиться своими переживаниями?

- Будем работать с одной стороной. В любом случае постараемся оказать психологическую поддержку обратившемуся в нашу службу человеку.

- Даже если стороной конфликта является учитель или представитель администрации колледжа?

- В поле зрения нашей службы конфликты между обучающимися, обучающимися и педагогами, обучающимися и родителями. Это могут быть разногласия даже между педагогами. Я обладаю определенной базой знаний и могу применить восстановительный подход в решении конфликтных ситуаций.

- Как в этом случае гарантируется конфиденциальность?

- В подробности посвящаются лишь стороны конфликта.

В планах расширение службы примирения за счёт привлечения волонтеров, которые будут проводить психологические тренинги, занятия. Считается, что эффект от взаимодействия с молодежью усиливается.

Наверное, правильно, что сейчас создаются психологические службы в студенческой среде. Порой начинаешь разбираться в конфликте и кажется, что все на поверхности, а потом выясняется, что он намного глубже и тлеет уже давно. Существуют действительно очень сложные ситуации, в которых, требуется помощь социального педагога, опытных наставников, поэтому я всегда готова выслушать и помочь.

Вопрос-ответ

Что вас делает счастливым?

Сергей Ференц, гр. 4.2. ТЭПС:

- Ну, по большому счёту, наверное, друзья, родители, двоюродные братья, сестры. У нас большая и крепкая семья.



Максим Турыгин, гр. 4.1 ТЭПС:

- Хорошо, когда с учебой все в порядке, оценки хорошие. Вкусная еда. Счастлив, когда рядом друзья и окружающие относятся к тебе хорошо.



Кирилл Гуляев, гр. 4.1. ТЭПС:

- Нравится то, что в последнее время начало кое-что получаться, появились достижения в спорте. Есть возможность проявить себя, отличиться. 5 октября у нас были соревнования по пауэрлифтингу в «Качалке». Я занял второе место в своей весовой категории.



Кирилл Гулин, гр. 4.1 ТЭПС:

- Семья, друзья, хорошие оценки. В принципе, сама жизнь. Возможность жить и радоваться каждому дню. Общение с друзьями, одногруппниками. А ещё меня отлично поддерживает спорт, занятия боевым самбо.



Руслан Меринов, гр. 4.3 ТЭПС:

- Ну, не знаю... Свободное, не занятое ни учебой, ни работой время. Деньги. Хорошая погода. Здоровье. Любовь и дружба. И ещё, пожалуй, сон. Когда отлично выспишься, всё воспринимается совсем по-другому.



Студенческая газета «Молодежный форум»
Учредитель: ГАПОУ АО «Няндомский железнодорожный колледж»
Юридический адрес: Архангельская обл., г.Няндом, ул.Строителей, 23А

№8 (10) 31.10.2025

Газета распространяется бесплатно, в электронном виде ([//vk.com/ngknyandoma](http://vk.com/ngknyandoma), ngk29.ru) и в печатном варианте (5 экз.)

тел.: (881838) 6-40-26

Редактор Н.Кабашова