

Спецвыпуск МЫ газеты Nº6 (125) МОЛОДЫЕ

Будущее в наших руках!



# Внук «Того самого Мюнхгаузена»

Фанклуб. Иван Янковский – набирающий популярность молодой актёр театра и кино. Чем же он известен помимо знаменитой родни? /3

Гакже в номере



Семь шагов к идеальным фоткам

Учимся делать классные снимки на смартфон./2



Мне надо похудеть? Почему не стоит стре-



Они такие милые!

Наша подборка самых трогательных книжек./ 4

Числа

### 24 июля – День флориста.

Традиция дарить букеты впервые появилась во Франции. Сегодня трудно представить праздник без цветов, а флористика из разряда редких профессий перешла в одну из важных составляющих нашей жизни.

# 13 августа – Международный день левшей.

Инициатором праздника стал Клуб левшей, созданный в 1990 году в Великобритании. Статистика утверждает, что 10% всего населения нашей планеты – левши. По мнению психологов, левши являются обладателями очень сильного характера, огромного творческого потенциала, отличаются живым умом.



ЛЮБИТЬ И БЕРЕЧЬ НА КУБАНИ ЗАКОН ТАКОЙ

ДЕТЯМ ПОРА ДОМОЙ

но, в гимнастику пробовалась всё получалось, но не «цепляло», поэтому продолжала поиски своего увлечения.

Поскольку я была единственная девчонка в секции, то занималась с грушей. Тренер отметил хорошую технику и предложил перейти на тайский бокс. Они похожи с классическим боксом, но в тайском удары ногами. Через полтора года я пошла на бои без правил. Занималась, в основном, для самообороны и поддержания формы. Через время мне захотепось чего-то нового, и я пошла в спортшколу на лёгкую атлетику. Тренер предложил готовиться к соревнованиям. Через два месяца я поехала на районные отборочные соревнования в Афипский, взяла бронзу - это была моя первая медаль.

Мои первые краевые соревнования в Краснодаре, где я попала в двадцатку лучших в беге на 60 метров, 100 метров и метании копья. Тогда я поняла, что есть смысл двигаться дальше. В 2017 году был ещё один краевой чемпионат, где я, неожиданно для себя, победила. Тренировки стали проходить чаще и активнее, тренер Ольга Казимир тогда круто меня мотивировала, и я охотно занималась несмотря на

Потом были краевые соревно-

Мировая девушка. Кристина Новикова из Ильского с детства пробовала себя в различных спортивных и творческих направлениях, пока не поняла, что лёгкая атлетика – это то, что у неё получается лучше всего и приносит настоящее удовольствие.

## - Кристин, расскажи, как ты пришла в атлетику?

и ста

– Пришла не сразу. В восемь лет я впервые занялась волейболом сначала в своей 52-й школе, затем в ДЮСШ. В четвёртом классе стало тяжело совмещать спорт с учёбой, и я решила его оставить. Но через пару лет снова пришла в спортшколу на волейбол к тренеру Джемме Евгеньевне. Очень нравились занятия у неё. И когда она уехала из Ильского, я не захотела идти ни к кому другому и оставила волейбол. Но в спорт тянуло, и вскоре я пошла на бокс.

# - Неожиданный выбор для

- Согласна. До этого я пробовала себя в танцах, в музыкальной школе играла на гитаре и пиани-

# - Какие соревнования особен-

но запомнились? усталость.

вания в Славянске. Успешно пробежав 60 и 300 метров, я стала чемпионкой Краснодарского края. Тогда я почувствовала, что вот этот спорт – моё.**/ 2** 

Новости планеты

# 100 KM для собаки не расстояние

Лабрадор по кличке Клео преодолела больше 92 км, заскучав по своему старому дому в соседнем американском штате.

Хозяева Клео перебрались из Миссури в Канзас два года назад. Однако питомица не вполне согласилась с их ре-

Когда собака исчезла, хозяева бросились её искать в ветклиниках, приютах и дали объявление в соцсетях.

Спустя неделю новые хозяева дома в Миссури обнаружили у себя на крыльце лабрадора. Они тут же отвезли потеряшку к ветеринару, где ей отсканировали чип. Фамилия владельцев Клео оказалась такой же, как у прежних обитателей дома. Так «предприимчивого» лабрадора вывели на чистую воду.

Сейчас собака уже воссоединилась с владельцами.

# Кейптаун под пеной морской

Пока жители России страдают от гигантского града и наводнений, в одном из крупнейших городов ЮАР борются с другим природным явлением.

В середине июля в Кейптауне прошёл сильный шторм, который превратил морскую воду в объёмную белую пену. Из-за сильного ветра эту пену вынесло на берег и разнесло по улицам элитного района Си-Пойнт, который находится на берегу океана.

Многочисленные фото и видео с места событий показывают, как нелегко было водителям пробираться сквозь пену на своих авто. А вот жители города явно наслаждались необычным зрелищем.

# Названы самые вежливые города России

Исследование проводилось в 20 населённых пунктах методом личных интервью.

Самые вежливые граждане живут в Нижнем Новгороде, Новосибирске и Томске.

В десятку также попали Казань, Санкт-Петербург, Красноярск, Самара, Екатеринбург, Волгоград и Челябинск. А вот Москва заняла в рейтинге двадцатое место. На трёх последних строчках разместились Краснодар, Ростов-на-Дону и Воронеж.

Дежурный



# Лови момент

Привет всем читателям «ММ» от меня, дежурного редактора Анастасии Бондаревой.

В разгаре жаркое лето – время для прогулок с друзьями, пикников, поездок на море и весёлого времяпрепровождения на свежем воздухе. А пока гуляете, не забывайте о новом выпуске «ММ»! Берите его с собой, ведь в нём много интересного, чем можно поделиться с друзьями.

Карантин и изоляция отступили, но, говорят, обещали вернуться. Поэтому берите от этого лета всё, что сможете: эмоции, встречи, признания в чувствах, вкусное мороженое, яркие фотки. Осень рано или поздно всё равно придёт, и останутся лишь воспоминания о летней поре.

До новых встреч!

Опрос

# Где отдыхаешь

Лежать в жару под кондиционером и смотреть телевизор, конечно, здорово, но все каникулы так не проведёшь – скучно. Мы спросили у ребят, где они любят отдыхать летом.

**Милена, 15 лет:** «Мне очень нравится отдыхать в летних лагерях. Нахожу там хороших друзей, с которыми потом продолжаю общаться и вспоминать смену»:

Настя, 14 лет: «В нашей семье есть традиция каждое лето ездить в Сочи. Помимо моря и набережной там с каждым годом всё больше интересных парков и мест для активного отдыха. Для меня этот курорт вне конкуренции».

Марк, 16 лет: «Я не любитель морей, предпочитаю бассейны, аквапарки. Именно там пюблю проволить петние дни с друзьями. Хорошо, что в нашем районе бассейнов достаточно».

Артём, 14 лет: «Мне нравится бывать в лесу, наедине с природой. Особенно приятно ездить в лес летом. Такие запахи и звуки – не передать!»

Вероника, 19 лет: «В этом году открыла для себя Широкую Балку (микрорайон Новороссийска). Чистейшее море, много водных развлечений и классные пляжные диско-

теки». Мария Баграмова Хобби

# Настоящий волейболист тренируется даже под ливнем!

Кирилл Терещенко из Северской пришёл в секцию волейбола ещё будучи первоклассником школы №45 и успешно занимается уже девять лет.

Тренер северской ДЮСШ Андрей Шаповалов сразу заметил спортивные задатки в высоком худеньком мальчишке. Сперва Кирилл играл в классический волейбол, а последние три года – в пляжный. В классике он был пасующим, от которого во многом зависит вся игра.

За девять лет Кирилл участвовал в соревнованиях районного, краевого, регионального и всероссийского уровней. Их школьная команда в прошлом году стала чемпионом Краснодарского края. По итогам соревнований, проходивших в этом году в станице Брюховецкой, он тоже стал чемпионом региона.

Кирилл вместе с командой должен был готовиться к Чемпионату России, но в планы вмешался коронавирус. Пришлось прекратить ежедневные тренировки. На протяжении всего карантина волейболисты занимались дома, присылая тренеру свои видеоотчёты.

- Я мог бы отлынивать, но не стал, чувствуя свою ответственность, ведь пандемия пройдёт, а форму восстанавливать тяжело, - призна-



🙆 Кирилл Терещенко (третий справа) с тренером и командой на краевых соревнованиях в Брюховецкой. За годы занятий они стали настоящими друзьями

ётся Кирилл Терещенко. - Вообще, я считаю, что настоящий спортсмен должен тренироваться и под дождём, и под снегопадом. У меня такие тренировки случались, и скажу честно – это особые ощущения. Мне понравилось!

У Кирилла есть кумир в волейболе - известный спортсмен из Геленджика Вячеслав Красильников, к слову, чемпион мира. Кирилл искренне восхищается его целеустрем-

лённостью и силой воли, с которой он играет и побеждает.

Юноша ещё не задумывается, кем хочет стать в будущем, но признаётся, что от спорта не откажется никогда. Заветная мечта – стать чемпионом России. Для начала, а там, возможно и выше.

Волейбол он ценит за воспитание твёрдости духа и стимул быть всегда в отличной форме.

Мировая девушка

# Нашла своё и стала в нём первой

Помню, я еле ходила, тренировалась почти ежедневно, но азарт не

Самые крупные соревнования всероссийские – ждали меня в Новороссийске. Бежала дистанции 100 и 200 метров. Я стала четвёртой из 1500 участников со всей страны. Там я стала чемпионкой России.

В этом году должна была проходить спартакиада, в начале года мы к ней активно готовились, но вмешался карантин.

- Сильно расстраиваешься, когда не одерживаешь победу?

- Поначалу было такое, я сильно переживала, плакала даже. Тренер убедила меня, что для победы нужны время и терпение. Сейчас уже отношусь к этому спокойно, поражение для меня – стимул ещё больше работать над собой.

- Ты окончила девятый класс. Поделись планами на будущее.

- Хочу связать свою дальнейшую

жизнь с большим спортом. Сейчас я поступаю в колледж при университете физической культуры и спорта. Если говорить о моих мечтах глобально, хочу получить образование, стать чемпионкой мира, а затем тренером международного класса.

 Пусть все твои желания исполнятся! Удачи!

Милена Янковская

Совет

# Семь шагов к идеальным фото «на телефон»

Всё-таки здорово, что сейчас всегда под рукой смартфон с печатлеть любой момент жизни. Мы поделимся секретиками, как сделать фотки на телефон ещё круче.

- 1. Создавай историю в кадре, чтобы вызвать у зрителя хоть какие-то эмоции. Не просто «я на диване», а «я на диване с забавной кружкой горячего какао согреваюсь под пушистым пледом».
- 2. Если тебя некому сфотографировать, а фото сделать край как надо, поможет селфи. Поставь телефон на устойчивую опору, включи

- 3. Смартфон во время съёмки должен быть неподвижен, а объектив тщательно очищен от пыли и отпечатков пальцев – это главный залог чёткости снимка. Не заваливай телефон, иначе пропорции тела исказятся.
- 4. Если выступаешь в роли модели, не будь статичной: двигайся, танцуй, смейся, используй аксессуары. Будь естественной! Живой снимок всегда смотрится круче нарочито поставленного.
- 5. Улучшить фото можно с помощью программ для обработки: Snap-

на камере таймер, отойди на пару seed, PicsArt, Airbrush, Lightroom. Не шагов назад и позируй как хочешь - бойся «фотошопить», с помощью клые фото. Только помни – главное не переборщить!

- 6. Не забывай про свет. Идеален рассеянный дневной. Если же съёмка вечером, постарайся найти ровный яркий источник света и направь лицо к нему. Следи, чтобы на лице не было жёстких теней. Если фотографируешь предметы, попроси кого-нибудь подсветить предмет своим телефоном.
- 7. Больше практики. Фотографируй природу, себя, друзей, питомцев. Всё приходит с опытом!

Читалка

# «Пикник на обочине»

Сегодня мы представляем вашему вниманию фантастическую повесть братьев Аркадия и Бориса Стругацких, которая не теряет актуальности несмотря на свой «возраст».

Действие происходит в городке Хармонт. На нашей планете возникает шесть аномальных зон, в которых происходят различные мистические явления. Людям и животным в них проживать опасно, поэтому они пустуют. Здесь же находятся разные артефакты, одни из которых полезны, другие – опасны.

Главный герой Рэдрик Шухарт – нелегальный сталкер, который пробирается в зону и находит в ней артефакты для продажи, из-за чего попадает в тюрьму.

Книга чрезвычайно интересная, со своими загадками. На протяжении повествования читателю всё яснее представляется сложившаяся ситуация, но даже после прочтения остаются вопросы, над которыми думаешь ещё долгое время.

Хоть повесть и опубликована в 1971 году, ею зачитываются и сейчас, в прогрессивном XXI веке. В ней поднимается одна из важных тем - нравственный выбор

Эта книга стала одной из моих любимых раз и навсегда. Мне очень полюбились персонажи, каждый со своим характером и мыслями, все абсолютно разные, понравился интересный сюжет с неожиданными поворотами и необычная авторская идея – в общем, всё сошлось.

В конце я по-настоящему волновалась за героев, которые отправились на опасную миссию. Меня поразило то, что произошло, и, находясь под впечатлением, я ещё долго думала о финале повести, обсуждала его с друзьями, которые тоже читали книгу.

В будущем я с удовольствием перечитаю эту книгу, и, уверена, мне откроются новые детали и темы для размышпений.

Вика Туманова

Смартфон

# Включай свой ym c Brain Test

Brain Test - это захватывающее бесплатное приложение с хитрыми головоломками.

В нём тебя ждёт множество заковыристых задачек. Отдохни за игрой и проверь свою смекалку. Ты можешь играть со своими родными и близкими. Решай головоломки и узнай свой уровень IQ!

Если ты любишь словесные игры, головоломки, судоку и различные задачки, то тебе непременно понравится это приложение.

Почта



# Счастье не в размере XS

Привет, «ММ»! Год назад я столкнулась с ужасным диагнозом – анорексия. Решила чуть-чуть похудеть и просто не смогла остановиться, скинула слишком много, аппетит совсем пропал, в итоге я попала в краевую больницу с пищевым расстройством. Сейчас всё более или менее в порядке. Я начала набирать вес, родители радуются, а вот я вообще перестала себе нравиться. Понимаю, что мне надо поправиться, чтобы выздороветь, но не могу спокойно смотреть, как вес растёт с каждым днём, что в свой XS уже не влезаю... Что мне делать? Это уже невыносимо! – Стася, 17 лет.

Привет, Стася! Очень жаль, что в свои 17 ты уже пережила такое серьёзное заболевание, а ведь оно смертельно опасное. Считай, что спаслась. Возможно, мы повторим слова врачей и родителей, но худеть сейчас тебе действительно категорически нельзя. Болезнь только отступила, организм ослаблен, ему надо помочь и не допустить рецидива.

Пойми, что красота – это не цифры. Все мы периодически сталкиваемся с нелюбовью к себе. Нас раздражают прыщики, сухие волосы, нависающий животик. Но с этим всем можно работать и успешно корректировать.

Красота – она внутри, в настроении и самоощущении, в любви к жизни. В твоём письме жизнерадостности, увы, нет. Значит, нужно её найти и приручить. А для этого принять себя такой, какая ты есть сейчас. Тело – оно только твоё, и тебе с ним жить, тебе за ним ухаживать. Каким оно будет, зависит только от тебя.

Теперь по существу. Как только поправишься до «безопасного» веса, сразу начни заниматься спортом: фитнесом в зале или дома на коврике, пробежками на стадионе – не важно, чем именно. Так ты запустишь процесс работы мышц. Подключишь правильное питание, и результат не заставит себя ждать. В 17 лет организм работает как часы и моментально откликается на любую физическую нагрузку.

Быть весёлой очаровашкой в размере М или вечно голодной стесняшкой в платье с заветной биркой XS – решать тебе.

Анастасия Бондарева

Фанклуб

# Яблоко от яблони, или Актёрство «по наследству»

Иван Янковский - набирающий популярность молодой актёр театра и кино. Чем же он известен помимо знаменитой родни?

Иван из актёрской династии. Он внук популярного советского актёра Олега Янковского и сын не менее известных актёров Филиппа Янковского и Оксаны Фандеры. Справедливо будет сказать, что Ваня с пелёнок был знаком с театральным закулисьем и киносъёмками.

В детстве он занимался лёгкой атлетикой, плаванием, боксом, футболом, а также учился в школе с математическим уклоном. Позже родители перевели его в Московскую международную киношколу. После её окончания Янковский поступил в ГИТИС на актёрско-режиссёрский факультет, попав в мастерскую Сергея Женовача.

В театральной студии он сыграл Ивана Бездомного в «Мастере и Маргарите», Олега Леонидовича в «Самоубийце», Максудова в «Записках покойника». В 2017 году Иван Янковский дебютировал в театре М. Н. Ермоловой, которым руководил Олег Меньшиков.

А вообще на съёмочную площадку в роли актёра он впервые попал в возрасте десяти лет, когда сыграл эпизодическую роль в мелодраме «Приходи на меня посмотреть».



Следующей киноролью Ивана стал подросток Андрей Каляев в фантастическом триллере «Инди-

В 2016 году он снялся в кассовых проектах «Дама Пик», «Источник» и фантастическом триллере «Ночные

В фильме «Текст», который на сегодняшний день один из лучших в карьере молодого актёра, Иван Янковский сыграл главную роль -Петра Хазина, мажора с довольно сложной судьбой. Фильм вышел на экраны в 2019 году.

В 2020-м в кинотеатрах страны прогремел ещё один фильм – «Союз спасения», снятый на основе реальных событий, в котором Янковский сыграл декабриста Михаила Бестужева-Рюмина.

В 2014 году Иван Янковский получил XIX театральную премию газеты «Московский комсомолец» в номинации «Начинающие» за лучшую мужскую роль в спектакле «Записки

В 2015 году на XXVI Открытом российском кинофестивале «Кинотавр» актёр получил приз за лучшую мужскую роль в фильме «Тря-

В скором времени поклонников обаятельного актёра ждёт ещё одна премьера - фильм «Не лечи меня», трейлер которого уже появился в

Вика Туманова

Кинопоиск

# «Чудо»

Выход на экраны: 2017 год

Жанр: драма, семей-

Страна производства:

С одной стороны, мальчик Август Пулман такой же как и другие

мальчишки его возраста – любит ходить на дни рождения к друзьям, играть в компьютерные игры, фанатеет от «Звёздных войн», играет с собакой, ссорится и мирится со старшей сестрой. А с другой - он отличается от них внешне. Из-за очень редкой, но иногда встречающейся генетической ошибки у Августа нет... лица. И вот такой мальчик должен пойти в школу. В первый раз.

Это по-настоящему сильный фильм, где главный герой – ребёнок, которому не очень повезло в жизни. ераций, жутко деформир ное лицо, презрительное отношение сверстников. Впрочем, наряду с жестокостью подростков мы наблюдаем в картине и настоящую дружбу, и доброту, и бескрайнюю любовь в семье главного героя.

Рейтинг фильма 9 из 10 – однозначно заслуженный, и я очень рада, что юный актёр Джейкоб Тремблэ участвует в хороших картинах. После «Чуда» я пересмотрела все фильмы с этим милым парнишкой. Кстати, кому интересно, в жизни актёр вполне себе нормальной внешности, а всё, что мы видим на его



лице в фильме, - профессиональ-

Фильм «Чудо» не оставит равнодушным ни одного зрителя. К примеру, у меня он вызвал слёзы на глазах и крайне смешанные чувства. Что особенно зацепило, так это необычная подача: повествование ведётся от лица не только Августа Пулмана, но и других персонажей: его сестры Вии, лучшего и первого в школе друга Джека Уилла, девочки Миранды. Переходы повествования от одного героя к другому рассказывают об их проблемах и показывают, какие они на самом лепе.

Режиссёр Стивен Чбоски снял великолепную картину с живыми персонажами, отличным актёрским составом и сюжетом. Я не нашла в ней недостатков. После просмотра очень захотелось прочесть книгу.

«Чудо» - то кино, сущность которого отражена в его названии: поистине чудесный, небанальный и трогательный фильм.

И напоследок цитата из фильма: «Если тебе надо выбирать между правотой и добротой, выбирай до-

Мария Баграмова

Ликбез

# Про шилья и донья

Мы привыкли, что в русском языке всё не так просто, как кажется. Сможете ли вы назвать множественное число от слова «дно?» Дны, днища, дна? Разберёмся с наиболее трудными формами множественного числа существительных.

# Дно – донья

Возможно, вы знаете форму множественного числа «дно» в ином контексте, например, из мексиканских мыльных опер: «Добрый вечер, донья Роза!». Да, испанское обращение к женщинам и множественное число от «дна» звучат одинаково – донья.

### Брелок – брелоки

Если на письме кто-то ещё и вспоминает про невыпадающую букву «о» в основе слова, то в живой речи мы поголовно слышим, как друзья привозят из путешествий «брелки», а ключи у них обязательно «с брелком».

### Шило – шилья

Слово «шило» во множественном числе склоняется по аналогии с «дном»: шилья, шильев, шильями, шильях.

### Доктор - доктора

Если на рубеже XIX-XX веков были «докторы», то сейчас единственно верный вариант «доктора» с ударением на последнюю букву. А если до сих пор сомневаетесь, всегда можно использовать безошибочное «врачи».

Мария Баграмова

Чувства



# Когда любовь не по возрасту

Наверняка хоть раз в жизни вы влюблялись в человека старше или младше себя. А если разница в возрасте слишком велика? А если родители осуждают и запрещают находиться в этих отношениях? Бороться за свою любовь или отступить? Попробуем разо-

Свете только исполнилось 17, когда она впервые встретила Вадима. Симпатия возникла сразу и с обеих сторон. Но вот загвоздка – ему было 28.

Родители Светы сразу не одобрили этот союз. Друзья терпеливо слушали рассказы девушки о том, «какой он классный», но посматривали с осуждением. Наконец, родители решили серьёзно поговорить с дочерью, видя, что она с каждым днём всё больше окунается в эту свою «любовь на всю жизнь». Вадим уже задумывается о свадьбе и семье, а Свете всего 17. Жизнь

Естественно, все слова родителей девушка приняла в штыки и не захотела даже выслушать их до конца, закрывшись в своей комнате. Родители решили не отступать и ради будущего дочери запретили ей встречаться с кавалером. Серьёзный разговор состоялся и между отцом Светы и Вадимом. Папа привёл адекватные аргументы и чисто по-мужски попросил парня не выходить со Светланой на связь. Вадим так и сделал.

Девушке оказалось невероятно сложно отказаться от своей первой любви. Были слёзы и истерики. А уже через неделю подруга «по секрету» рассказала Свете, как встретила её Вадика в компании красивой и довольно взрослой девушки. Они весело болтали и обнимались прямо в магазине, ничуть не прячась от любопытных глаз. Вот такой нерадостный финал. Хотя как посмотреть. С момента окончания этой истории прошло уже два месяца, и сейчас Светлана смотрит на свой недавний опыт с лёгкой улыбкой – было и было. Одно девушка поняла на-

верняка: отношения - это не только романтичные вздохи на скамейке и ласковые сообщения в WhatsApp, это целая наука, постигать которую лучше с кем-то из своего поколения. Разница в 11 лет нешуточная, это целая пропасть, особенно когда в отношения ты вступаешь впервые.

Да, можно вспомнить расхожее выражение «Любви все возрасты покорны», но это малоэффективная мотивация, и такие счастливые пары встречаются крайне редко.

Анастасия Бондарева

VIода



# Джинсовки, которые в тренде

Куртка из денима – незаменимая вещь и летом, и весной, и осенью. Расскажем, какие три модели джинсовок в этом году на пике моды.

# Оверсайз

Приталенные джинсовки стилисты уже несколько сезонов считают антитрендом и умоляют такие не носить.

Сейчас бал правит оверсайз, так что взять куртку на размер больше или вовсе найти идеальный вариант в мужском отделе – весьма хорошая идея. Кажется, переборщить с объёмами и безразмерностью в случае с этой вещью просто невозможно.

Кстати, такая джинсовка будет актуальна ещё несколько лет, так что покупку вполне можно назвать инвестицией в образ (летом утепляйся ею вечерами, а осенью и весной носи вторым слоем с тренчем или пальто).

### Укороченная

Этим летом на пике популярности укороченные (но всё ещё довольно объёмные) джинсовки. Выбирай модель, которая заканчивается в районе талии, и носи её с платьями длины миди — это визуально вытягивает силуэт, а значит, прибавляет немного роста и стройности.

Вкладывать много денег в такую модель, скорее всего, не стоит. Вероятно, тренд на укороченные джинсовки скоро надоест и пройдёт.

### Цветная

А этот тренд уже успели оценить любительницы яркости в одежде. Многие бренды выпустили джинсовки с оранжевыми и кислотными деталями. Но актуальная модель необязательно должна быть кричащего цвета: в тренде и пастельные оттенки денима. Особенно актуальны цветные джинсовки рубашечного кроя: их можно носить вторым слоем, а можно – вместо верха.



Знай наших!

# Акробатика им дарит позитив

Сёстры Ксения Муштренко и Виктория Друзьякина из посёлка Черноморского своим примером показывают, что любимое хобби ничуть не мешает отличной учёбе в школе, а, напротив, делает школьную жизнь ещё интереснее и энергичнее.

Девушки учатся в черноморской школе №51 и уже много лет занимаются на отделении акробатики в местном Доме культуры.

Руководитель Валентина Емельянова сразу заметила талант и способности, спрятанные в этих девчонках. Они неоднократно были победителями и призёрами соревнований, выступая как в дуэте, так и в составе команды.

Ксения — отличница с первого класса и в данный момент претендентка на золотую медаль. Во втором классе она стала старостой, а потом — и президентом целой школы. Так, по её инициативе в школе возобновились дискотечные вечера.

Виктория – выпускница этого года.

С начальных классов портреты этих девочек висят на школьной доске почёта. Они всегда в первых рядах, активно участвуют в жизни и развитии школы, а их яркие номера



📵 Виктория Друзьякина и Ксения Муштренко

обязательный элемент всех школьных мероприятий.

Учителя отмечают, что Виктория и Ксения являются одними из лучших учениц школы №51. Они охотно участвуют в олимпиадах, как школьных, так и региональных и всероссийских. Грамот и дипломов за годы учёбы также не сосчитать.

Сёстры признаются, что и учёба в школе, и занятия любимой акробатикой приносят им колоссальное удовольствие и как бонус – хорошую физическую форму без диет.

# Хотите стать юнкором?

Команда «ММ» ищет ребят, желающих попробовать себя в роли журналистов.

Если у тебя хорошо получаются школьные сочинения и тебе есть что сказать сверстникам - милости просим в наш клуб юнкоров!

Подробности по телефону 8-918-14-43-450.

Чарт

# Книги про хвостатых-полосатых

Впереди ещё пол-лета, и есть время что-нибудь прочитать. Сегодня мы представляем вам ТОП-10 книг о дружбе человека и животного и рекомендуем прочесть хотя бы парочку. Нам понравились все!

- 1. «Уличный кот по имени Боб» (Джеймс Боуэн).
- (Джеймс Боуэн). 2. «Белый Бим Чёрное ухо» (Гавриил

Троепольский).

- 3. «Кинули» (Вера Чаплина).
- 4. «Каштанка» (Антон Чехов).
- 5. «Марли и мы» (Джон Грогэн).
- 6. «Лесси» (Эрик Найт).
- 7. «Бетховен» (Роберт Тайн).
- 8. «Глаз Волка» (Даниэль Пеннак). 9. «Пёс, который говорил с богами»
- (Дайана Джессап). 10. «Сверстники» (Марджори Кин-

10. «Сверстники» (Марджори Киннан Ролингс).

Up & Down

# Что рулит, а что нет

### UP

### Веселиться с друзьями

За время карантина вы долго не виделись друг с другом, и сейчас самое время оторваться по полной. Пойте песни, делайте забавные фотки, никто не знает, сколько продлится эта свобода...

#### Заниматься хоть каким-нибудь спортом

Сейчас спортивные секции закрыты, но кто хочет, тот найдёт возможность встряхнуться. Скачай подходящий комплекс упражнений и занимайся дома. Сегодня в мире культ здорового и крепкого тела, соответствуй!

### Читать книги, заданные на лето

На первый взгляд, этот список кажется скучным и унылым, но если разобраться, в нём немало интересных произведений, знать которые важно не для «пятёрки», а для будущей жизни.

### DOWN

### Увлекаться сладким

Даже если тебе повезло и поглощение шоколада, мороженого и других вкусняшек не откладывается на боках, не обольщайся. Есть ещё кожа и зубы, которые изрядно портятся от сладостей. Летний лайфхак: вместо конфет налегай на фрукты и ягоды.

# **Мелькать в инстаграме**

Если у тебя меньше пяти тысяч реальных подписчиков и ты не ведёшь крутой блог, не стоит запиливать свои фоточки в инсту ежедневно, даже если они оригинальные, даже если они идеальные. Пары постов в неделю вполне достаточно, чтобы о тебе не забывали.

### Ругаться по переписке

Да, иногда написать о своих чувствах гораздо проще, чем сказать то же самое, глядя человеку в лицо. Но километровые месседжи не заменят живого общения и эмоций, а это – путь к разрешению любой проблемы. Чувствуешь, что закипаешь, убери телефон и иди разговаривай в реале.

Песенник

# DaBro – «Юность»

Сегодня в нашей рубрике самый летний хит от молодой, но набирающей популярность группы DaBro, состоящей из двух братьев – Ивана и Михаила Засидкевич.

#### Припев

Звук поставим на всю, и соседи не спят. Кто под нами внизу, вы простите меня. А потом о любви говорить до утра Это юность моя, это юность моя. Звук поставим на всю, и соседи не спят. Кто под нами внизу, вы простите меня. А потом о любви говорить до утра. Это юность моя, это юность моя.

### I куплет

Знаю, мы сегодня точно не уснём. Знаю, будем до утра смотреть на звёзды. Тебя греют мои руки, и костёр Так красиво поднимает искры в воздух. Ветер ласкает глаза, солнце уходит в закат. Кто был со мной до конца. с теми ни шагу назад. И вот мы стали сильней, но накрывает тоска. Я соберу всех друзей и тогда...

# Припев

#### **II куплет** Слышит музыку уже

весь двор, И мы ставим это на повтор. Ревёт мотор, катим вперёд. В центре уже отдыхает народ.

окно! Снова на всю из колонок

Эй, прибавляй звук, настежь

Dabro. Пара друзей, также подруг.

Не предам их и на сердце мечту. Две белые косички подлетают наверх.

Я тебя целую в губы, и ты в ответ. Подходи ко мне и только

закрывай дверь. Я хочу побыть с тобою

наедине. За стеной бит и бас гремит

(йе, йей). Мы снова не спим, пока весь город спит.

И я знаю одно — наше время летит.
Ты просто обещай не грустить и улыбнись.
Никогда не забывай и ещё

почаще снись. Буду новой встречи ждать и скучать за блеском глаз. Будет всё, ну, а пока —

давай как в последний раз...

Припев

Руководитель Я. А. Богатырёва

«ММ» - обладатель дипломов «Золоа тое перо Кубани» (2011, 2012, 2017)

Выпуск подготовили юнкоры газеты «Зори». «ММ» выходит один раз в месяц.

». **Мы на связи: E-mail:** gazeta\_zori@bk.ru; тел. 2-61-57, номер для СМС 8-918-144-34-50; vk.com/mmolodezhka