

Тест

Склонность к эйфории

Отвечайте на вопрос «да или «нет»

1. Часто бываете в таком приподнятом настроении, что забываете о всех проблемах и неудачах.
2. В дружеской компании вам бывает так хорошо, что вы от всего «отключаетесь».
3. Своей энергией вы можете «завести» аудиторию, заставить её действовать в едином порыве.
4. Одно из любимых ваших выражений: «наплевать на всё», и это действительно так.
5. Чаще всего вы чувствуете в себе неуёмную энергию, которую хочется выплеснуть в радости и веселье.
6. После приёма алкоголя ваше настроение резко улучшается.
7. О вас говорят, что вы экстравагантная личность.
8. Вам абсолютно безразлично, что говорят о вас посторонние люди.
9. У вас есть явные актёрские способности.
10. Вам приходилось срывать аплодисменты поклонников.
11. Когда вы чувствуете, что нравитесь окружающим, то можете блистать умом и талантом.
12. Вы любите фантазировать, придумывать что-нибудь оригинальное.

Результат

Подсчитываются ответы «да».

Если получено 10–12 баллов – высокий уровень эйфории.

7–9 баллов – склонность к эйфории.

5–6 – неопределённость наличия качества.

4 балла и меньше – эйфория отсутствует.

Обобщая сведения о функциональных стереотипах эмоционального поведения, следует сделать один важный вывод: любой из них может проявляться свободно и беспрепятственно в том случае, если не мешает окружающим и не затрудняет жизнь самой личности. Однако не всё, что свойственно нашей природе, приемлемо для партнёров и способствует успеху. Чаще всего бывает так, что естественно сложившийся стереотип эмоционального поведения подвергается коррекции и даже насилию со стороны воспитателей, под влиянием среды, и тогда он будет в диссонансе с натурой. Представьте человека эмоционального, впечатлительного, которому по роду своей деятельности приходится постоянно сдерживать свои реакции. Или работа требует от личности проявления отзывчивости к людям, сопереживания и сочувствия, но она черства, эмоционально бедна, не способна сопереживать. Окружающие обычно чувствуют дискомфорт, если эмоции партнёра не соответствуют ожиданию.

Барды

Чашечка вкусных песен

Талант и исполнительское мастерство позволяет дуэту «Мы» выступать в самых престижных залах

В клубе «Живая струна» в библиотеке № 2 на проспекте Карла Маркса, 186 в воскресенье 18 октября в 15.00 состоится долгожданный концерт (12+) дуэта «Мы» из города Кемерово.

Первое отделение – «Не три свечи горели, а три встречи» – составят песни на стихи Марины Цветаевой. Второе – «Чашечка вкусных песен» – покажет всю многогранность репертуара сибирского дуэта.

Алла Радзивилова и Алексей Кузин известны бардовскому сообществу Магнитки по фестивалям авторской песни, проходящим на Южном Урале, где дуэт «Мы» – желанные гости. Исполняемые ими композиции могут быть интересны всем, кто любит звучащую поэзию и хорошую музыку. Аллу и Алексея с удовольствием слушают ценители разных жанров и стилей, молодёжь и представители старшего поколения. Дуэт «Мы» умеет увлечь песней под гитару и подростков, – кстати, Алексей Кузин возглавляет клуб «Ля мажор», где занимается с начинающими авторами.

Алла Радзивилова по профессии – вокалистка, дирижёр хора. Много лет назад «заболел» авторской песней, все силы души вкладывает в песенное творчество и разноплановую культурную деятельность, от бард-кафе до организации выставок живописи. Музыкальное образование помогает делать оригинальные аранжировки песен, позволяющие передать тончайшие оттенки поэтического текста.

Алла Радзивилова и Алексей Кузин – почётные гости и члены жюри множества бардовских фестивалей по всей России. На их мастер-классы выстраиваются очереди – конкурсанты знают, что услышат дельный совет и расширят горизонты восприятия песенного творчества. Участники дуэта «Мы»,



при всех их регалиях и достижениях, удивительно скромны и доброжелательны: свои сольные выступления превращают в дружеские встречи, где каждый зритель – желанный гость и не просто слушатель, а собеседник.

Талант и исполнительское мастерство позволяют дуэту «Мы» выступать в самых престижных залах. Но и в выступлениях на камерных площадках есть своя прелесть. Ведь в библиотечных стенах сама атмосфера располагает к тёплому душевному общению. Приходите – и убедитесь в этом сами.

Дополнительная информация о концерте – по телефону 8-968-116-39-70.

✍ Елена Лещинская

на правах рекламы

Частные объявления. Рубрика «Услуги» на стр. 13

Продам

*Уголь «Казахстан». Доставка. Т. 8-912-805-22-22.

*Песок, щебень, скалу, отсев, навоз, землю и др. От 3 т до 30 т. Недорого. Т. 43-01-92.

*Поликарбонат прозрачный, цветной. Т. 45-48-48.

*Доска, брус, вагонка. Т. 8-904-973-41-43.

*ТЦ «Абитаре», Труда, 32а. Распродажа новой мебели. Диваны, кухни. Цены ниже рыночных. Т. 8-909-099-42-47.

*Дрова, опилки, горбыль. Т. 8-912-400-10-48.

*Дрова, дёшево. Т. 8-982-319-73-33.

Куплю

*Автовыкуп. Дорого. Т. 8 (3519) 464-555.

*«ВАЗ». Т. 8-904-975-74-38.

*Холодильник, ванну, машинку, утилизация. Т. 8-919-330-90-38.

*Холодильники, стиралки, ванны, автомобили, утилизация. Т. 8-919-405-37-15.

*Ванны, стиралки, холодильники, автомобили, утилизация. Т. 8-912-805-21-06.

*Подшипники. Т. 8-906-101-40-60.

*Автовыкуп. Т. 8-951-817-13-99.

Сдам

*Часы, ночь. Т. 8-906-871-17-83.

*Квартиру. Т. 8-902-864-10-20.

*Посуточно. Т. 8-952-527-36-06.

Сниму

*Жильё. Т. 43-16-35.

*Квартиру. Т. 49-67-77.

Требуются

*Рекламист, подработка. Т. 8-932-305-90-91.

*Грузчик. Т. 8-929-207-73-38.

*Дочернему обществу ПАО «ММК» на постоянную работу в ресторан: кухонный рабочий – оплата от 13000 р.; уборщик производственных и служебных помещений – оплата от 13000 р. Гарантированный социальный пакет и полная занятость. Обращаться по телефонам: 21-40-21, 8-908-587-03-33 в рабочие дни с 9.00 до 12.00.

*ООО «Санаторий «Юбилейный» примет на работу машиниста по стирке и ремонту спецодежды. Доставка на работу – служебный транспорт. Т.: 255-638, 255-622.

*ООО «Санаторий «Юбилейный» примет на сезонную работу (ноябрь–апрель): поваров, официантов. Т.: 8 (3519) 255-638, 255-884.

*Повар на полставки. Т.: 8-982-320-08-62, 8-967-867-92-13.

*Повар, график работы: сутки через трое, зарплата 16500; кухонный рабочий, график: пятидневка. Т. 24-34-78.

*Предприятию на постоянную работу: оператор бетоно-растворного узла, формовщики ЖБИ. Т.: 58-03-01, 8-9000-86-10-55, 8-912-792-97-47.

*В редакцию газеты в сортировочный цех – сортировщики, неполный рабочий день. Обращаться по т. 26-33-50. Пр. Ленина, 74.

*Отделочники (мастера по внутренним отделочным работам). Т.: 8-964-249-92-05, 58-03-01.

*Продавец, кондитер. Левый берег. Т. 8-932-308-11-15.

*На проходную. Т. 8-968-120-37-90.

*Фасовщик. Т. 8-964-245-50-84.

*Гардеробщица. Т. 8-902-615-28-63.

*Курьер. Т. 8-922-759-16-47.

*Упаковщик. Т. 8-908-054-12-25.

*Вахтер. Т. 8-909-094-60-89.

*Стажер. Т. 8-922-744-98-26.

*Мерчендайзер. Т. 8-922-708-18-37.

*Диспетчер. Т. 8-922-751-26-36.

*Менеджер. Т. 8-900-025-38-72.

*Срочно! Набор сотрудников, полная и частичная занятость. Т.: 8-963-478-94-93, 8-906-851-00-19.

*Дворник на рынок, 12-часовой рабочий день, смена 500 р. Т. 8-904-945-88-42.

*Делопроизводитель. Т. 8-902-614-88-03.

*Уборщица. Т. 8-922-012-08-86.

*В химчистку-прачечную операторы стиральных машин, швея. Зарплата 15000. Т. 8-982-288-43-02.

*Слесарь-ремонтник в химчистку. График 5/2, зарплата 30000. Т. 8-982-288-43-02.

*Подработка. Т. 8-932-309-10-79.

***Разнорабочие. Т. 8-922-759-18-92.**

*Приёмщик (ца) товара. Т. 8-909-749-39-91.

*Охранник-контролёр. Т. 49-01-46, 49-01-47.

*Уборщица на полставки. Т. 49-01-46, 8-982-320-08-62.

*Повар на полставки. Т.: 8-982-320-08-62, 8-967-867-92-13.

*Продавец в магазин «Семена». Т. 8-963-476-46-46.

Поздравляем!

Владимира Николаевича СОВГИРЯ – с юбилеем!
Желаем здоровья, успехов, больше поводов для радости и долгих лет жизни.
Администрация, совет ветеранов, профком и коллектив ЦЭСИП

Алевтину Константиновну СЕРЁДКИНУ, Шамиля Ризатдиновича ШИГАПОВА, Елену Александровну ЧАЛИНУ, Надежду Алексеевну ДОЛГОВУ – с юбилеем!
Желаем вам здоровья, счастья, благополучия, отличного настроения и всего самого наилучшего.
Администрация, профком, совет ветеранов, дробильно-обжигового цеха

Тамару Николаевну ВЛАСЕНКО, Анну Владимировну ДИДЕНКО, Елизавету Арсеньевну ЖИЖИНУ, Алексея Ивановича КОНОВАЛОВА, Любовь Тимофеевну ЛОГИНОВУ, Галию Давлетовну ЛУКМАНОВУ, Наталью Михайловну МАТКИНУ, Юрия Алексеевича НЕУЙМИНА, Татьяну Дмитриевну ПОПОВУ, Любовь Александровну ТЕМНИКОВУ, Раису Абдуловну ФИЛИППОВУ, Антонину Павловну ЦИТОВУ, Наиля Шамиловича ЮСКИНА – с юбилеем!
Желаем вам, дорогие наши ветераны, здоровья, благополучия, долгих лет жизни.
Администрация, профком и совет ветеранов центральной лаборатории контроля

Сергея Анатольевича ВАСЮХИНА, Назилу Хабировну ГУМЕРОВУ, Дениса Сергеевича ДЕНИСОВА – с юбилеем!
Желаем огромного счастья, долгих лет, успехов и побед
Администрация, профком и коллектив ЦЭСИП

МАГНИТОГОРСКИЙ МЕТАЛЛ
magmetall74 в соцсетях

vk o x f

#ММВПОМОЩЬ

16+

kiosk.magmetall.ru
Электронный сервис
КИОСК

Приём рекламы, объявлений, поздравлений и соболзнований в газету «ММ»

www.magmetall.ru

В ИНТЕРНЕТЕ – РАНЬШЕ,
чем в газете

Для перехода по ссылке, воспользуйтесь QR кодом