

НОВОСТИ

## #СВЕРХНОВЫЙ ВЗГЛЯД

Корреспонденты «СверхНовой Эры» внимательно следят за новостями и отбирают для вас только самые интересные. Приятного чтения.

### ПОЛЁТЫ НАЯВУ

Кто-то только говорит о том, что мечтает о межзвёздных путешествиях, а кто-то эти желания исполняет. Как, например, екатеринбургский космонавт **Сергей Прокопьев**, который недавно вернулся из космической экспедиции. Он побывал в гостях у «Областной газеты» и рассказал, как невесомость приучает к порядку, когда мы освоим Луну и Марс и можно ли увидеть в космосе НЛО.

### ЭТО УСПЕХ

Российский Forbes запустил рейтинг «30 до 30», в который попали успешные спортсмены, музыканты, предприниматели и многие другие. Одной из самых молодых номинантов стала уральская исполнительница **Лиза Монеточка**. Кстати, она вошла в первую десятку общего рейтинга издания. Оно и неудивительно, песни из её «Раскрасок для взрослых» попали в топ-100 рейтинга «Яндекс.Музыка», а сам альбом назван лучшим альбомом года.

### «ЦИФРОВЫЕ» ВОЛОНТЁРЫ

Уже в начале лета Свердловская область переходит на цифровое вещание. Несмотря на то, что цифровой сигнал идёт параллельно с аналоговым, многие не знают, как к нему подключиться. Свердловский филиал Российской телевизионной и радиовещательной сети обучил волонтеров, которые помогают пользователям совладать с технологиями. Для добровольцев это раз плюнуть, они знают, и как приставку настроить, и как «цифру» в телевизоре найти.

### ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ

По расчётам учёных, весной 2029 года астероид Апофис пройдёт в 38 тысячах километров от Земли, это в 10 раз меньше, чем расстояние от нашей планеты до Луны. Поэтому небесное тело относят к опасным астероидам. Масса Апофиса 27 млн тонн, диаметр – почти на 120 метров больше высоты башни «Исеть». Учёные успокаивают: падение небесного тела на Землю практически исключено. Всё бы ничего, но 13 апреля через 10 лет выпадает на пятницу...

СОВЕТАМ



## #3 + 3

### Топ научно-популярных книг для гуманитариев и технарей

Если вы считаете математические формулы и филологические анализы скучными, значит, вам просто неинтересно о них рассказывали. «СверхНовая Эра» подготовила подборку книг, после прочтения которых невозможно не увлечься наукой.

#### О ЦИФРАХ И ТЕОРИЯХ

«Физика невозможного», **Митио Каку**

Именно физика объясняет, как работает мир, поэтому полюбить её стоит. Эта книга о том, что даже невозможные на первый взгляд вещи – возможны. Произведения оценят любители научной фантастики. Автор объясняет с точки зрения науки, какие идеи писателей могут воплотиться в жизнь, а какие так и останутся фантазиями. Спойлер: телепортация и телекинез ничуть не противоречат законам физики, а вот создание вечно двигателя невозможно.

«Магия чисел. Моментальные вычисления в уме и другие математические фокусы», **Артур Бенджамин, Майкл Брэнн Шермер**

Это издание – хорошая мотивация для того, чтобы заняться математикой. Спорим, что складывать, умножать, делить, возводить в степень в уме можно так же быстро, как и на калькуляторе? В этой книге собраны практические советы о том, как с лёгкостью выполнять операции с боль-

шими числами. Текст разделён на главы, которые содержат подробную теорию и примеры, есть и упражнения для самостоятельной работы с ответами в конце. После прочтения сможете удивлять друзей, определяя день недели любой даты.

«Большая книга аналогий. Антиучебник, который поможет влюбиться в науку», **Джозель Леви**

Наверняка вы не раз с чувством произносили: «А теперь объясни всё то же самое, только на русском». Совсем другое дело, когда о сложном говорят с помощью простых примеров. Например, если увеличить атом до размеров собора, то размер его ядра будет не больше пчелы. А для того чтобы понять, как работает сердце, можно попробовать вычерпать воду из ванной чайной ложкой. Кто сказал, что наука – это скучно? В «Большой книге аналогий» нет заумных терминов, поэтому читать её легко, приятно.

#### О БУКВАХ И ЛЮДЯХ

«Пиши, сокращай. Как создавать сильный текст», **Максим Ильяхов, Людмила Сарычева**

Авторы «СверхНовой Эры» передают эту книгу из рук в руки. Это пособие помогает решить главную проблему начинающих авторов: избавиться от «воды» в текстах. Информацию в книге удобно воспринимать:

она построена по принципу «теория – пример», текст разделён на блоки, главные тезисы находятся в рамках. Кстати, посты в социальных сетях, написанные по советам, изложенным в этой книге, набирают больше лайков, проверено.

«Искусство чтения. Как понимать книги», **Томас Фостер**

Слышали шутку о том, что если писатель пишет о том, что занавески синие, то это означает всего лишь то, что занавески действительно синие? Как известно, в каждой шутке есть всего лишь доля шутки. В литературе мелочей не бывает. Если говорить серьёзно, то книги интереснее читать, когда понимаешь, какие истины автор вложил в произведение. Фостер объясняет, какие задачи в произведениях выполняют описания погоды, еды, географии и других деталей.

«История мира в инфографике» **Д'Эфилиппо Болл**

Не секрет, что информация, представленная графически, лучше воспринимается. В этом справочнике в схемах представлена история мира от зарождения до наших дней: всё о Вселенной, пути к цивилизации, истории государств и современном мире. В каждом графике содержится множество интересных фактов, поэтому разглядывать книгу можно вечно.

Юлия ШАМРО, 22 года, факультет журналистики УрФУ

ХОЧУ СПРОСИТЬ

## #КАК ПЕРЕСТАТЬ БЫТЬ ТЕНЬЮ ПОДРУГИ?

«СверхНовая эра» продолжает проект «Хочу спросить»

Дружба – одна из самых сложных вещей для людей любого возраста. И наших читателей тоже волнует, как, например, избежать ссор с подружкой или другом и не стать их копией и тенью.

– У меня есть подружка, которая мне очень дорога, но я чувствую, что она всё больше затмевает меня. Кажется, что я становлюсь тенью возле неё... (**Арина, 16 лет, Екатеринбург**)



Отвечает **Дарья НОВОСЕЛОВА**, психолог отделения медицинской реабилитации Свердловской детской областной больницы №1:

– Подростковый возраст – это время, когда авторитетами становятся не члены семьи и взрослые, а сверстники и друзья. Поэтому неудивительно, что тебе хочется быть в чём-то похожей на свою подружку. Однако возникает логичный вопрос: для чего? Допустим, лучшая подружка может быть очень красивой девочкой,

на которую все обращают внимание, но это же не говорит о том, что ты хуже? Или, возможно, вы ходите в один танцевальный коллектив, и подружка – звезда в нём. Но это не означает, что остальные плохи и не талантливы.

Каждый человек по-своему красив и в чём-то хорош. Нужно просто осознать это, что бывает довольно трудно как раз в подростковом возрасте. Это вопрос самооценки, и если кажется, что подружка тебя затмевает, то необходимо избавиться от комплексов и полюбить себя.

Важно найти в себе лучшие стороны, чтобы выгодно преподнести их, и начать работать над тем, что не устраивает в себе самой. В этом может помочь хорошее упражнение: опиши то, какой ты являешься сейчас

#### Есть вопросы?

Смело спрашивайте обо всём, что не можете решить самостоятельно и обсудить с родными и друзьями. Присылайте нам свои письма на почту [ne@oblgazeta.ru](mailto:ne@oblgazeta.ru), в сообщения нашей группы во «ВКонтакте» ([vk.com/novera](https://vk.com/novera)) или по адресу: ГБУ СО «Редакция газеты «Областная газета», 620004, Екатеринбург, ул. Малышева, 101, 3-й этаж.

по разным качествам, затем напиши, какой бы ты хотела быть. А после попроси кого-то из близких непредвзято описать, какой тебя видят окружающие. Полученные ответы необходимо сравнить. И, возможно, окружающие и так видят тебя такой, какой ты хочешь быть.

В описанной ситуации важно просто оставаться самой собой и не портить отношения с подружкой. Другое дело, когда подружка просто само-

утверждается за счёт тебя и других окружающих. Это может проявляться в её поведении. Например, девочка пытается быть лучше всех и собрать вокруг себя коллектив, где она будет лидером и станет капризно давать всем указания в повседневных делах, которые могла бы сделать и сама. И люди, тянущиеся к такой девочке, чтобы тоже стать «звёздочками», получают обратный эффект.

В подобной ситуации отношения с такой подружкой портить не стоит, но всё же лучше немного отстраниться от неё и найти себе другую компанию. И одновременно посмотреть, как подружка будет реагировать на такое отдаление и отказы. Если вспыльчиво и нервозно, то вряд ли это дружба. В нормальных отношениях люди всегда стремятся к пониманию друг друга и отдают столько же, сколько берут.

Наталья ДЮРЯГИНА, 22 года, факультет журналистики УрФУ