

# Знамя ЮНОСТИ

14 ЧЕТВЕРГ  
сентября

Общеполитическая молодежная газета  
Выходит еженедельно

Добавь «Знаменку»  
в друзья



vk.com/znamia\_junosti

SB.BY/ZN

№ 37 (15180) 2023 г.

BRSM.BY

«МИСС БЕЛАРУСЬ – 2023»  
РАССКАЗАЛА О СВОИХ  
УВЛЕЧЕНИЯХ, ПРИВЫЧКАХ  
И ПРИНЦИПАХ

ТА ЕЩЕ ПРИСОЕДИНИЛАСЬ  
К ЭСТАФЕТЕ БРСМ,  
ПОСВЯЩЕННОЙ  
ДНЮ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА

БЕЛАРУСЬ  
| ЭТО МЫ!

ПРАВИЛА  
ЖИЗНИ  
ЭЛЕОНОРЫ  
КАЧАЛОВСКОЙ

ISSN 1990-2867



9 771990 286002



23037

В эти дни вся страна говорит о новой «Мисс Беларусь», которой стала Элеонора Качаловская. Девушке 23 года, она окончила БГУКИ и получает второе высшее образование психолога в педагогическом университете, а параллельно работает менеджером модельного агентства в Национальной школе красоты. Можно точно сказать, что Элеонора – харизматичная и глубокая натура, которая предъявляет к себе высокие требования. В этом мы убедились, поинтересовавшись ее правилами жизни.

### НЕ ТОРОПИТЬ ВРЕМЯ

– Предпочитаю делать все размеренно и спокойно. Не тороплю время, тем более не стараюсь его опередить, потому что это бессмысленно. К примеру, никогда не бегаю за транспортом. Если опаздываю – лучше предупрежу об этом, сяду на другой транспорт, а в следующий раз постараюсь выйти пораньше. Есть пословица, в которой заложено много смыслов: кто понял жизнь, тот не спешит. Невозможно перебежать, перешагнуть время. Либо идешь вместе с ним, либо стараешься сломать систему Вселенной, что в принципе невозможно.

### НЕ САДИТЬСЯ В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ

– Это связано с моей внутренней культурой. Мне проще вообще не садиться, чем думать, кому я должна уступить и в какой момент. Люблю общественный транспорт, привыкла жить без машины и чувствую себя при этом комфортно. Метро гораздо мобильнее и быстрее, чем собственный автомобиль, который к тому же и очень затратное средство. Однако у него тоже есть свои плюсы, особенно в поездках на длительные дистанции. Автошколу я почти окончила, в свое время приостановила учебу из-за заграничного контракта. Но скоро опять займусь получением прав, тем более выиграла в конкурсе шикарный Geely Coolray.

### СОБЛЮДАТЬ ПОРЯДОК

– Во всем люблю порядок, когда он в голове, тогда и в жизни. Это касается многих аспектов: питания, физических нагрузок, мыслей. Мне доставляет удовольствие аккуратно писать и чисто вести блокнот, убирать дом, класть на место вещи, чистить телефон от старых и пустых фото/видео, избавляться от лишнего, доводить все до идеала. Но когда говорю о порядке, прежде всего имею в виду внутреннее состояние. Стараюсь всегда находить время лично для себя, для своего умиротворения – хотя бы час в день. Хожу на прогулки, слушаю лекции, занимаюсь в спортзале. Это помогает мне поддерживать внутреннюю гармонию и не потерять себя как личность.

### БЕРЕЧЬ ЭКОЛОГИЮ И МИНИМИЗИРОВАТЬ ОТХОДЫ

– Раньше постоянно носила с собой серебряную ложку, также всегда при мне спортивная бутылка для воды. Так что одноразовую посуду, пластиковые бутылки и стаканчики почти не использую. Захотела кофе – иду в кофейню и пью из обычной кружки, а если уж и приходится захватить с собой стаканчик – беру без крышки. Макулатуру собираю отдельно и выбрасываю в специальный контейнер. К примеру, открыла утром коробочку печенья – упаковку отправила в макулатуру! Придерживаться этих бытовых правил под силу каждому. Во времена студенчества погрузилась в среду экологичного питания, два года была вегетарианцем. Тогда и начала масштабировать свои начинания – радеть за природу, искать замену пластику. Многие привычки остались до сих пор. Считаю, это воспитывает человека, прививает ему культуру.

### НАРУШАТЬ ВНУТРЕННИЕ БАРЬЕРЫ

– Этому меня научили университетские годы. Именно тогда решила пробовать новаторство, предлагать разнообразные идеи, избавляться от страхов, которые порождаем в собственной голове. Жизнь любит смелых. Мы сами строим рамки, границы, помещаем себя туда и находимся в зоне комфорта, рассказывая, что по-другому не получается и мы не в силах что-то изменить. Но мышление надо расширять книгами, путешествиями, смелыми решениями, интересными знакомствами. Каждый из нас создан жить именно так, как мечтает!

ПРАВИЛА ЖИЗНИ

ЭЛЕОНОРЫ

КАЧАЛОВСКОЙ