

2023

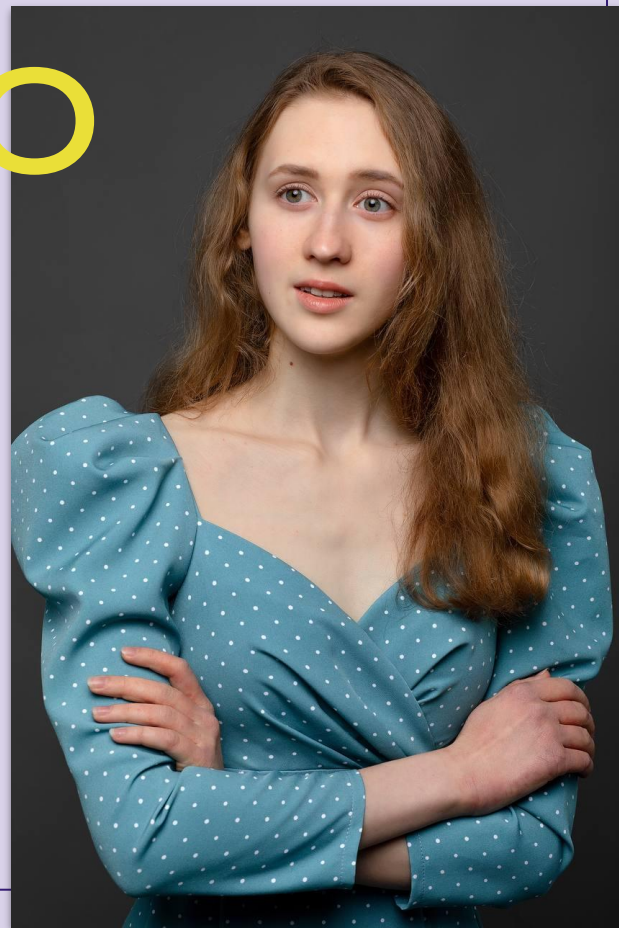
ПОРТФОЛИО

для поступления в ЕГУ



Александра Шамаль

Минск



АКТЕРСКОЕ

ТЕАТР



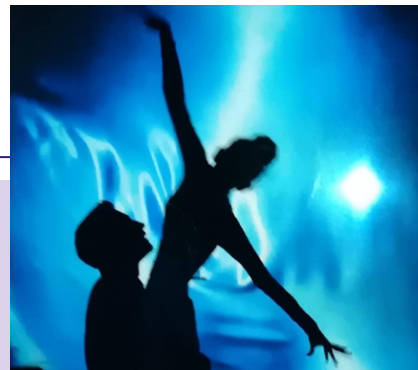
играла в камерном театре в двух
спектаклях главные роли



участвовала в различных
постановках и сценках



Александра Шамаль



Минск

2023

АКТЕРСКОЕ

ТЕАТР

занималась актерской деятельностью на
протяжении 7 лет

работала в театре 1.5 года



Александра Шамаль



Минск

АКТЕРСКОЕ

КИНО



Александра Шамаль

Минск

2023

АКТЕРСКОЕ

КИНО



снималась в клипах



эпизодическая роль
в полном метре,
фестивальный фильм
"Мишень"



снималась в коротких
метрах студенческих
работ



главная роль в фильме
по спектаклю



Минск

Александра Шамаль

СЪЁМКА И КОНТЕНТ

делаю контент для уютного
магазинчика косметики

снимаю маленькие ролики
для reels

Александра Шамаль

*мне важно
передавать свои
мысли и идеи через
контент, а также
экспериментировать в
разных направлениях
видеосъёмки



ВОЛОНТЕРСТВО



координатор по музею
и мероприятиям в музее

экскурсовод
на экспозиции
во время Новогоднего
бала в Большом

помощь в создании
контента во время
мероприятий

СОЗДАНИЕ ПРЕЗЕНТАЦИЙ

ЖАСМИН

Целитель высшего духа



Эмоции и состояния,
с которыми работает
жасмин :

Страх близости,
Хроническая депрессия,
Разочарование в любви,
беспокойство,
Стресс,
Гнев.



"Мы считаем, что людям необходимо чаще напоминать о связи между обонянием и выживанием. Человек должен помнить, что жизнь без запахов, ароматов станет не просто скучной, пресной, но и опасной. В обычной, повседневной жизни людей постоянно окружают различные запахи. Одни из них нам нравятся, мы называем их ароматами, другие – исприятми."

Важность обоняния

реакция обоняния на опасность является более быстрой и бессознательной, чем реакция на полученную визуальную или слуховую информацию об опасности.

Воспоминания

моменты жизни запоминаются всегда в том числе с помощью ароматов. Таким образом, встречая аромат "события", мы вспоминаем тот момент.

Александра Шамаль

в основном, это также создание презентаций для использования в обучении или на сайте

СОЦСЕТИ

активно веду инстаграм

«...невы поехали...
почти не моргала, уст...
точку. Потом она захрипела,
снова опустила ж... Подняла г...
а небо и прошептала: «Доброго
милая Вики! Мы с тобой ещё обов...
встретимся». И... Улыбнулась... ЗТТ»

становилось. Хотел...
невозможно было откры...
ши, всё будто поставили на...
эмоций, ночь мыслей, ноль...

ОЧЕНЬ ВАЖНО:

Каждая история идёт отдельно
они никак не связаны между собой

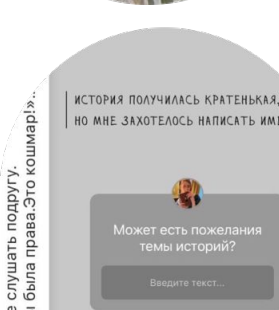
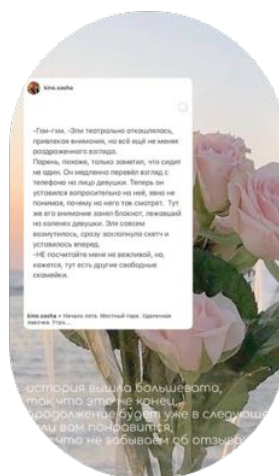
«То-оо, спасибо...
проспект...
Ангелина...
фильм...
доброжелательный, как но...
красно, быстро, охотно
посидели, улыбка...
осады, значит, не...
в кино. Вроде бы...
Три...»

О чём:

О Татiane Власковой, ученом-микробиологе, сделавшей научное открытие. Все вы знаете или слышали о пенициллине, так вот речь идёт о нём. Наверно не мужская тема, стойкая, целеустремленная девушка.

Я вам уже говорила, что обожаю романы, которые ведут нас ридшим с героями через все его жизни. Так вот эта книга такая. Мы знакомимся с девочкой, а оставляем уже взрослым состоявшимся человеком.

Одна случайная случайность определит весь ее будущий путь или, скорее, предопределил.



Потому что так удобно и модно!

Часто слышу я подобный ответ на вопрос «Почему в твоём гардеробе всего пару платьев и горы одежды спортивного вида?». Давно в нашу жизнь вошли на повседневной основе вещи, которые лет только 20 назад считались исключительно пригодными для стадиона. И речь сейчас идёт конечно же о худи, удобных спортивных штанах, кроссовках и так далее. Не буду отрицать, это действительно удобно. Накинула байку, завязала волосы в пучок и готово, к платью так не подойдёшь. Но есть ли в этом «удобно» место слову «элегантно»? Красиво-да, может быть, но с элегантно готова поспорить. Я, честно признаюсь, немного расстроена, что увидеть девушку в шортах или джинсах гораздо большая вероятность, чем в платье. Увы и ах, видно, прошли те времена, когда предпочтения отдавались нарядам, подчеркивающим женскую нежность и изящество. «Ну так и одевайся так, как тебе хочется!». Уже слышу, как крутиться фраза в мыслях. Да, нам в каком-то плане очень сильно повезло, потому что теперь вряд ли кто-то осудит вас за ваш взгляд на стиль, но дело совсем не в том. Конечно, я могу хоть каждый день ходить как на праздник: в туфлях на каблучке, приталенном платье и с локонами на голове. Но куда важнее не то, что я могу это сделать, а то, что я хочу это видеть на других людях. Мне хочется, чтоб проспект был похож на цветочную аллею от разноцветных платьев и юбок. Мне хочется видеть сразу девушку, а не раздумывать в очереди, как же обратиться к впереди стоящему человеку во всём чёрном да ещё и с одетым капюшоном «Простите, девушка», а может всё-таки «Извините, молодой человек». Хотя я очень толерантная и уважительно отношусь к выбору другого, но я бы не отказалась от большого количества платьев на улицах своего города. Заставила я вас задуматься или вы ни за что не променяете любимый удобный спорт костюм?

Александра Шамаль

ПИСАТЕЛЬСТВО

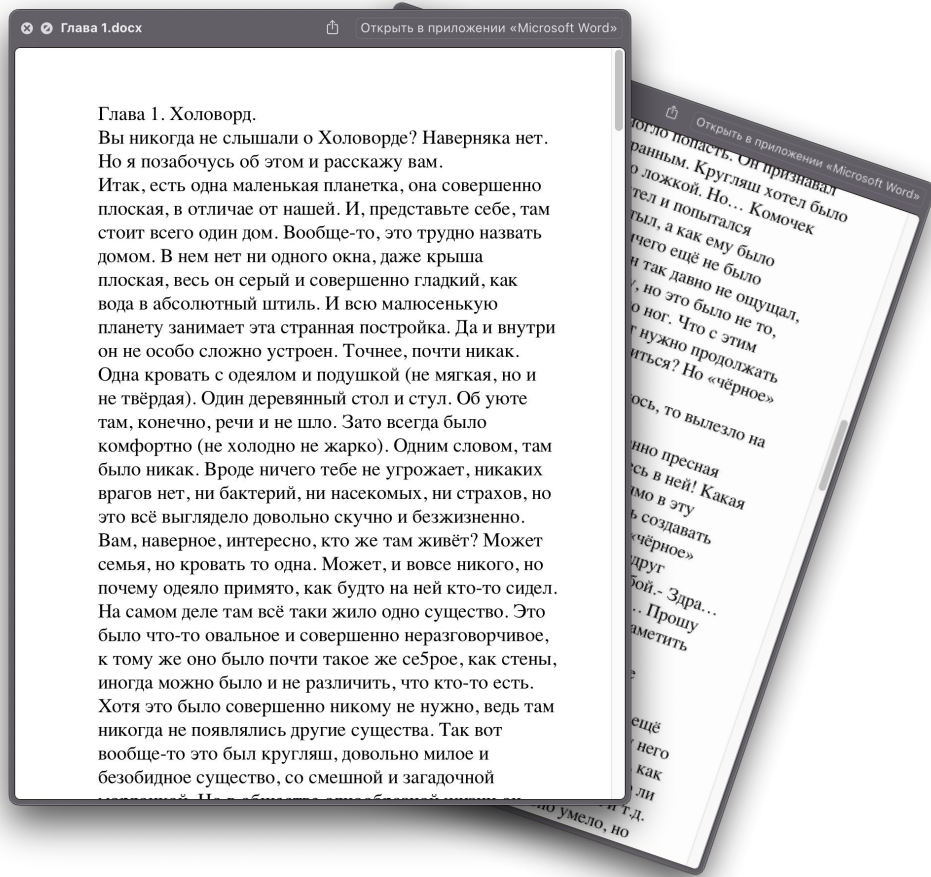


пишу книгу для детей
на психологическую
тему



пишу маленькие
истории для
инстаграма на
романтическую
и философскую темы

Александра Шамаль



ЛИЧНЫЕ КАЧЕСТВА

Александра Шамаль

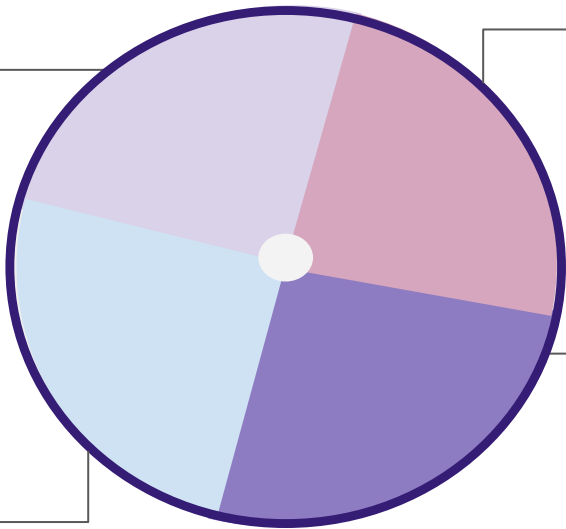
коммуникабельность в
рабочих отношениях

ответственность

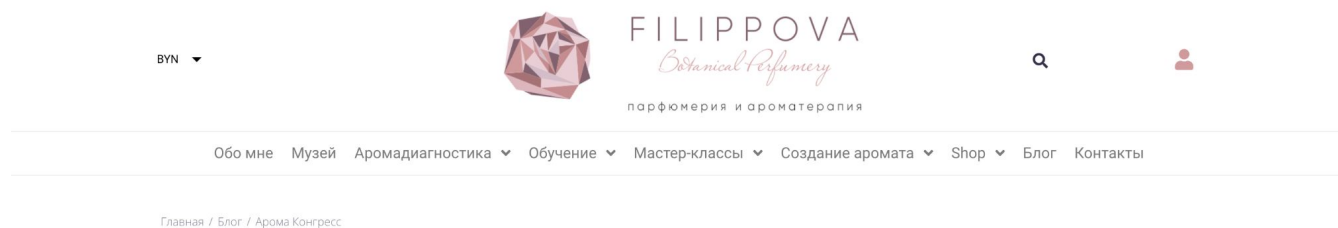
упорство и
заинтересованность
в рабочих
отношениях

богатое
воображение

↓
креативность



моя работа, сделанная специально для портфолио. Фоторепортаж с конференции и небольшая статья. В этой работе я хотела показать, над чем в данный момент работают ароматерапевты с разных стран.



Конференция по ароматерапии в Литве



В современное время ароматерапия выходит на новый уровень, заменяя или по крайней мере дополняя традиционную медицину. Именно поэтому ароматерапевты со всех стран объединяются вместе для обсуждения более новых и современных методов лечения людей. Именно с этой целью был организован конгресс сертифицированных специалистов в Литве на базе Бирштонского санатория Эгле, который прошёл 19 июня 2023 года.

Конгресс проходил в предоставленном отелем конференц-зале, предназначенном на более чем 100 мест, на мероприятии всего присутствовали 55 участников и 9 спикеров. Организатором является литовская компания LTD Emblika совместно с LNDEMISA.

*Статью можно
почитать по
ссылке

<https://filippova.by/%d0%b0%d1%80%d0%be%d0%bc%d0%b0-%d0%ba%d0%be%d0%bd%d0%b3%d1%80%d0%b5%d1%81%d1%81/>



БЛАГОДАРЮ ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ

С уважением, Александра Шамаль!